

sale & pepe

SALEPEPE.IT

SETTEMBRE 2014 - € 3,50

MONDADORI



Crostata di riso
con ratatua
e burrata pag. 48

TORTE DI RISO salate, tra tradizione e fantasia **MIELE** anzi mieli, sapori diversi per piatti da intenditori **POLPO MON AMOUR** affogato, al forno, in umido: impossibile resistere- gli **DOLCE PORTOGALLO** viaggio goloso tra creme e pasteis



BRANDANI
gift group www.brandani.it

ITALIAN STYLE



DALLA NOSTRA CUCINA

Tempo di conserve

I sapori del sole in un barattolo, menta e ananas in un bicchiere 11

Servizi

PASSIONI

Polpo mon amour

Bollito, alla griglia, al forno, in salsa piccante o agrodolce: tanti modi per gustare un grande mollusco 28

BONTÀ DI STAGIONE

Torte di riso

Sono informate come le crostate, ma farcite come le pizze salate 42

SEMPLICI PIACERI

Irresistibili fettine

Bianche o rosse, purché siano sottili, cotte rapidamente e ben presentate 56

ILTOCCO IN PIÙ

Il finocchietto

Su carne, pesce, insalata, liquori lascia sempre una traccia inconfondibile... 62

TEMA DEL MESE

Miele

Gli impieghi dolci e gli abbinamenti salati delle sue diverse qualità 70

LA DOLCE VITA

Delizie portoghesi

Morbide creazioni di uova e zucchero da sciogliere in bocca 80

Sacher con confettura di peperoni

Una nuova, sorprendente versione del classico dolce viennese..... 90

Evasioni

L'INVITO

Pranzo in bocciofila

Popolare e genovese il menu per gli adulti che ritornano bambini..... 16

TAPPE DEL GUSTO

Questione di fumo

Affumicatura e aria di montagna rendono lo speck unico al mondo..... 92



salepepe.it

Ricette, videoricette, news e contributi speciali sul nostro nuovo sito



Sale&Pepe è social!



Siamo su facebook. Seguiteci anche su twitter e instagram: @salepepe_it scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.



La nuova app di Sale&Pepe

Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

LUOGHI ECCELLENTI**Ischia, nobile e contadina**

Mare, terme, storia fanno da splendida cornice alla sua cucina verace.....96

Scuola**LA RICETTA GOURMET****Pasta alla puttanesca**

Semplice da preparare quanto stuzzicante da mangiare.....38

SCELTI DA SALE&PEPE**Uno chef, due cucine**

Alessandro Dal Degan prepara per noi i suoi tortelli di mascarpone e un'originale tartare di filetto.....53

TECNICHE: LEGUMI**Fagioli d'estate**

Borlotti, cornetti, piattoni: i piccoli segreti per cucinarli.....108

**Rubriche****DETTAGLI DI STILE**

Decor per rendere più bella la casa
Composizione di more e uva...27

A PROPOSITO DI VINI

I consigli del sommelier
Bevute tentacolari.....37

L'UTILE E IL DILETTEVOLE

Oggetti e attrezzi per la cucina
Taglia & affetta con fantasia.....67

FOOdBLOGGER

Tutto il buono del web
Dolcissimo net.tare.....79

BUONE LETTURE

Scelte con passione per essere divorate
Frozen yogurt e cucine di viaggio 105

MADE IN ITALY

Conoscere e gustare le eccellenze
'Nduja 106

ASSAGGI

Sapori e profumi dal mondo
Summer pudding..... 112

Hanno collaborato con noi a Settembre**ALESSANDRO DAL DEGAN**

È executive chef di due prestigiosi ristoranti: La Tana di Asiago e l'Arquade dell'hotel Villa del Quar di Pedemonte (Verona). Un successo ottenuto ad appena trent'anni, grazie a un costante lavoro di ricerca della materie prime e un talento fuori dal comune. A pag. 53

UMBERTO CASTELLACCIO

Chef dell'albergo Torre Sant'Angelo di Ischia, nonché organizzatore di corsi di cucina, ci ha parlato di "puttanesca": il celebre piatto isolano che Umberto ama guarnire con pomodori confit e fiori di capperi. A pag. 36

**RUDY CIUFFARDI**

Grande conoscitore della cucina a base di polpo, lo chef sestrese è anche ideatore di eventi e scrittore. La sua ultima fatica editoriale è il ricettario anticrisi "Da un bosco in cima al mare: ricette per mangiare con la natura a meno di un euro". A pag. 28



ANCHE LA VITA HA BISOGNO DI VITALITÀ.

LISCIA, GASSATA O FERRARELLE.

Ferrarelle®



INDICE

LE RICETTE DI SETTEMBRE 2014

ANTIPASTI, FOCACCE E TORTE SALATE

Crostata di riso con ratatua e burrata	48
Crostoni al formaggio e miele.....	74
Finger noci	14
Focaccia di Recco	24
Insalata di polpo agli agrumi con capperi e pesche	35
Pane al miele, crusca e gruyère...72	
Pitta con acciughe, 'nduja e caciocavallo	107
Polpo piccante al limone	28
Sformato con erbe, funghi e ricotta	48
Torta alle zucchine e loro fiori con pinoli	48
Tatin di riso e peperoni	44
Torta di melanzane	24
Torta di riso al pomodoro con acciughe	47

PRIMI

Bouillabaisse di polpo	33
Calamarata	97
Canederli in brodo	94
Orecchiette fredde con pesto di finocchietto e mandorle	64
Pasta alla puttanesca	39
Tortelli di mascarpone con pomodorini, cipolla rossa e olive	54

SECONDI

Acciughe ripiene alla genovese....	24
Brandade di merluzzo al finocchietto con pomodori pizzutelli	64
Coniglio all'ischitana	102
Controfiletto marinato alla piastra, con melanzane al sesamo	58
Crostoni di pane con vitellone e purea di cannellini	60
Frittata del contadino	94
Kebab di carni miste con insalata di cipolle rosse	59
Polpo e patate al forno	30
Rotolini di vitello e verdure con salsa di acciughe	61
Rotolo di speck con ricotta e funghi	94

Scaloppine di maiale al vino rosso con zucca e uva	57
Spiedini di polpo arrosto al rosmarino con pancetta e pane ...	34
Spiedini di vitello al miele e prugne con hummus di zucchine e pinoli	75
Tartare di filetto con salsa di prugnolo, insalatine amare e pane croccante	55
Teglia di cozze e patate	24
Terrina di polpo e patate con pesto di basilico e mandorle	31

CONTORNI, VERDURE, SALSE E CONSERVE

Cianfotta di fagioli zampognari	98
Conserva di peperoni	12
Conserva di uva	13
Fagiolini dall'occhio ed erbe	18
Insalata di fagioli con le mele	110
Piattoni bicolori al pesto	110
Salsina alla menta	14
Timballini di fagiolini	110

DESSERT

Biscotti farciti ai frutti di bosco e miele	77
Bola mirandesa	88
Bolo de mel	89
Crème caramel al caffè	24
Crème caseiro	89
Delicias de batata	89
Liquore al finocchietto con sorbetto al limone	64
Morgado de figo	88
Pudding con cuore di bosco	113
Pasteis de nata	89
Pasteis de Tentugal	88
Sacher con confettura di peperoni rossi	91
Tiramisu ai fichi e miele	76
Tortine ebraiche al miele	73

COCKTAIL E BEVANDE

Cocktail all'ananas	13
---------------------------	----

DISPONIBILE L'INDICE DELLE RICETTE 2013

Richiedetelo via e-mail al nostro "Servizio indici" (salepepe@mondadori.it). È disponibile in versione elettronica e verrà inviato gratuitamente ai lettori che ne faranno richiesta.

INDIRIZZI

- **100FA**, www.100fa.it
- **Abito Qui**, www.abitoqui.it
- **Alessi**, www.alessi.it
- **Bertozzi**, www.stamperiabertozzi.it
- **Bitossi Home**, www.bitossihome.it
- **Blanc Mariclò**,
www.blancmariclo-milano1.com
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **Brandani**, www.brandani.it
- **Caterina von Weiss**,
www.caterinavonweiss.com
- **C&C**, www.cec-milano.com
- **Ceramiche Fasano**, www.fasanocnf.it
- **Chantal Delorme**, www.chantaldelorme.it
- **Christiane Perrochon**,
www.christianeperrochon.com
- **Corrado Corradi**, www.corrado-corradi.it
- **De Castelli**, www.decastelli.com
- **Domenico Mori**, www.domenicomori.com
- **Emile Henry**, www.emilehenry.com
- **Enrica Negri**, www.enricanegri.com
- **Gefu**, distribuito da Schoenhuber
www.schoenhuber.com
- **Ichendorf**, distribuito da Corrado Corradi
- **Iittala**, www.iittala.com
- **Ipac**, www.ipacitaly.it
- **Jannelli&Volpi**, www.jannellievolti.it
- **La Fabbrica del Lino**,
www.lafabbricadellino.com
- **La Pagliarella**, Forio (NA), 081 909325
- **La Rinascente**, www.rinascente.it
- **Lamart**, www.lamart.it
- **Laminam**, www.laminam.it
- **Le Jacquard Français**,
www.le-jacquard-francais.fr
- **Le Stanze della Memoria**,
www.lestanzedellamemoria.it
- **Legnoart**, www.legnoart.it
- **LSA International**,
www.lsa-international.com distribuito da
Maino Carlo, www.mainocarlo.it
- **Marina C.**, www.marinac.it
- **Marino Paint & Wallpaper**, 02 48029400
- **Mauro Bolognesi**,
www.maurobolognesi.com
- **Nella Longari**, www.nellalongari.com
- **Paderno**, www.paderno.it
- **Rina Menardi**, www.rinamenardi.com
- **Rosenthal Studio Line**, distribuito da
- **Sambonet Paderno**, www.sambonet.it
- **Royal Copenhagen**, distribuito da Messulam,
www.messulam.net
- **Sambonet**, www.sambonet.it
- **Serax**, www.serax.com
- **Shop Saman**, www.shop-saman.org
- **Sia Home Fashion**, www.sia-homefashion.it
- **Silikomart**, www.silikomart.it
- **Silva Tessuti**, www.silvatessuti.it
- **Society Limonta**, www.societylimonta.com
- **Tescoma**, www.tescoma.it
- **Triangle**, distribuito da Schoenhuber
www.schoenhuber.com
- **U Barba**, Via Decembrio 33, Milano
www.ubarba.it
- **Wmf**, www.wmf.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com

*Riscopri il piacere del gioco
e l'energia del sorriso.*

Vivi biologico Scegli **GerminalBio**

Germinal Bio è il gusto autentico
dei migliori alimenti biologici.
Per il tuo benessere. Per il nostro mondo.



BIO



www.nutrilatuasalute.it
blog.germinalbio.it





Campagna finanziata con l'aiuto dell'Unione Europea



Così Com'è

... il Datterino



In vetro, sempre fresco e pronto all'uso, in ogni stagione.

Il datterino **CosìCom'è** è una varietà pregiata di pomodoro da tavola. Conservato in vetro, è sempre pronto a restituire la sua dolcezza e la sua naturalità, rendendo raffinate anche le preparazioni più semplici.

Il datterino **CosìCom'è** è solo quello prodotto da Finagricola, leader italiano dell'ortofrutta, nei suoi appezzamenti della Piana del Sele.

È raccolto esclusivamente a mano, solo quando è maturo sulla pianta e controllato con meticolosità nell'intero processo produttivo, dalla semina al confezionamento, che avviene a poche ore dalla raccolta.

CosìCom'è è disponibile al naturale, in succo ed in passata, per rendere esclusivi tutti i tuoi piatti.



seguici su



acquista anche online



www.cosicome.eu

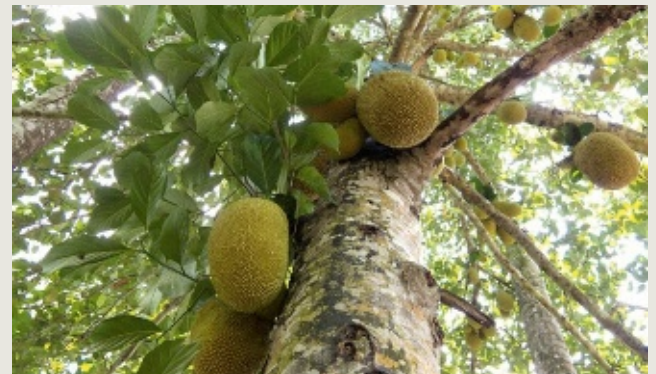
10 RICETTE CON LE PESCHE

Le pesche sono il frutto dell'estate, sono dolci, succose e fresche. Sono anche un frutto molto sano, ricco di vitamine e minerali. In questa sezione troverete 10 ricette con le pesche, da dolci a salate, da aperitivo a dessert. Sono ricette semplici e veloci da preparare, perfette per chi ama cucinare in casa.



RICETTE: LE SUPER TEN

Dolcissime, succose e fresche, le pesche sono il frutto dell'estate e in alcune preparazioni sono particolarmente valorizzate. Sul sito sono state selezionate le 10 migliori ricette per prepararle al top. Con cioccolato e amaretti si declinano in ripiene, budino e persino torta. Con lo zabaione sono protagoniste di un goloso dolce al cucchiaio e poi si possono caramellare, grigliare e sciogliere, per conservarle anche in inverno. Su salepepe.it si trovano tante altre raccolte top ten con ricette dolci e salate dedicate a svariati ingredienti e situazioni.



LE NOSTRE NEWS

Il frutto dell'albero del pane (foto) è l'alimento del futuro che aiuterà le aree più povere del mondo. Un gruppo di ricercatori ha trovato i geni che ci fanno odiare o amare i cibi, mentre in Toscana gli chef stellati propongono menu a prezzi accessibili. Queste e molte altre le notizie quotidiane dalla redazione.

Food al top

TECNICHE DI BASE, RACCOLTE DI RICETTE
CON GLI ARGOMENTI CLOU, NOTIZIE
QUOTIDIANE E CONDIVISIONE SUI SOCIAL

di Barbara Roncarolo

LA PIÙ AMATA

Nei cannelloni (foto) le melanzane rimpiazzano la pasta sfoglia e diventano scrigni di un gustoso ripieno di prosciutto, scamorza, pomodoro e uovo. Questa è la ricetta più condivisa del mese: 10 mila persone l'hanno letta sul sito e riproposta su Facebook. Perché Sale&Pepe è anche condivisione: niente di più bello che trovare una ricetta ghiotta e farne partecipi gli amici.

CANNELLONI DI MELANZANE



LE TECNICHE DI BASE

Come pulire, tagliare e cucinare i vari alimenti? Gran parte della riuscita di una ricetta dipende proprio dagli aspetti preliminari. Un'intera sezione del sito cura questi importanti dettagli. Per esempio per preparare le melanzane ci sono trucchi da non trascurare e poi il risultato cambia se sono cotte al forno, alla griglia o fritte.



Ma dove vai se il salame non è Clai?

Da oltre 50 anni amiamo la nostra terra con i gesti sapienti della tradizione contadina.

Alleviamo i nostri capi nel rispetto della natura.

Lavoriamo le carni con la passione dei nostri padri.

Così nasce Clai, il salame a completa filiera integrata.

L'eccellenza della nostra terra per il vostro piacere.



Laura Maragliano



Tempo di conserve

PEPERONI, POMODORI MA ANCHE UVA SI CHIUDONO IN BARATTOLI PER PRESERVARE IL SAPORE DELL'ESTATE. E POI ANCORA FRESCHI STUZZICHINI E FINGER FOOD

ritratto di michele Tabozzi, foto di Francesca Moscheni, in cucina Antonella Pavanello



Dalla metà di agosto all'inizio di settembre è tempo di una tradizione tutta italiana che è quasi un rito: la passata di pomodoro casalinga. Ricordo pentoloni che bollivano per ore, strofinacci, passaverdura, barattoli e bottiglie a non finire, ma soprattutto ricordo quei sabati mattina assolati che ogni anno inauguravano la stagione della conserva: la visita al mercato all'ingrosso dove la nonna sceglieva il pomodoro più polposo al miglior prezzo e il nonno stivava nell'auto le cassette da dividere con le figlie. Immagini che sembrano senza tempo. Eppure la famosa passata casalinga non è così antica come si potrebbe pensare visto che nella sua terra d'elezione, la Campania, nella seconda metà del Settecento il pomodoro non era ancora usato abitualmente e il compito di dare colore al soffritto veniva lasciato al peperone. Bisogna arrivare al 1836 quando il gastronomo Vincenzo Corrado, in una successiva edizione del suo *Cuoco Galante*, parla genericamente di una salsa da mettere un po' su tutto. Basta scorrere i vecchi ricettari campani per scoprire che il primo metodo per conservare i pomodori, era quello usato ancora oggi, di essicarli al sole. Solo più tardi compaiono i pelati in barattolo, la passata o il concentrato vero e proprio. Ma in mezzo a tutte queste ricette casalinghe fa capolino anche la conserva di peperoni, antica e quasi dimenticata, usata per colorire il soffritto. Forse in qualche rione di Napoli qualcuno ancora la fa, oggi si può mescolare ai pomodori freschi ed è resa piccante da un po' di peperoncino. Da provare per proseguire una tradizione ancora più antica.

> segue a pag. 12



1 Pulite i peperoni, che devono avere una bella polpa carnosa, e tagliateli a striscioline sottili e regolari: così, avranno una cottura uniforme. **2** Radunate le striscioline in una casseruola insieme ai peperoncini piccanti, con o senza semi a seconda che vogliate una conserva più o meno forte. Scegliete una casseruola a fondo spesso perché la cottura avverrà senza condimenti, solo con l'acqua rilasciata dagli ortaggi. **3** Una volta ammorbiditi, passate i peperoni per ottenere una purea fine e senza bucce, da far asciugare nuovamente sul fuoco o, come si faceva una volta... stesa su un vassoio lasciato al sole!



CONSERVA DI PEPERONI

PER CIRCA 4 VASETTI DA 1,5 DL DI CAPACITÀ

1,5 kg di peperoni rossi lunghi e carnosi - 30 g di sale - 1-2 peperoncini rossi piccanti freschi

- **1** Lavate e pulite i peperoni, scartando piccioli, semi e filamenti. Asciugateli bene con carta da cucina, poi tagliateli a listarelle sottili. Eliminate il picciolo ai peperoncini freschi (dosateli secondo il vostro gusto), eventualmente privandoli in tutto o in parte dei semini, molto piccanti, poi tagliateli a pezzetti.
- **2** Riunite tutto in una capace casseruola con il sale, mescolate e fate cuocere a fuoco molto basso (se occorre, usate una retina spargifiamma), con il coperchio, per circa 1/2 ora, rigirando spesso, finché i peperoni risultano molto teneri e l'acqua di vegetazione è quasi del tutto consumata.
- **3** Passate i peperoni al passaverdura, con il disco fine, raccogliendo la purea in una ciotola. Rimettete in casseruola e fate addensare a fuoco dolcissimo, per ottenere una pasta densa e ben asciutta. Dividetela nei vasetti, lavati e asciugati, chiudeteli ermeticamente e sterilizzateli in una pentola colma d'acqua, inizialmente fredda, calcolando circa mezz'ora dal bollore. Lasciateli raffreddare nell'acqua, poi scolateli, asciugateli e riponeteli in dispensa.

La conserva di peperoni si mantiene bene per circa 6 mesi. Si abbina ai formaggi freschi e alle carni e ai pesci alla griglia. Potete aggiungerne una cucchiata ai sughi di pomodoro, come fosse concentrato, oppure diluirla con olio e acqua di cottura della pasta per una salsa con cui condire spaghetti o paccheri.

Il cocktail all'ananas

L'ora dell'aperitivo resta sempre la più magica. Sorseggiato al tramonto in terrazza, o nella comoda intimità delle mura domestiche, è un momento di relax da condividere. Perché sia davvero perfetto, bastano due o tre stuzzichini, come i finger food alle noci che trovate nella pagina successiva. E, naturalmente, un cocktail che sappia ancora d'estate, con note esotiche di frutta e spezie per far volare la fantasia verso mete suggestive. Per 2 persone, riponete in freezer 2 coppe da Martini così che, al momento di servire il drink, siano ben fredde. Sbucciate un pezzetto di zenzero fresco e ricavatene 6 rondelle sottili. Pestatele nel mortaio (o frullatele) con 4 fette di ananas, fresco o in scatola al naturale. Versate tutto nello shaker con 2 cucchiaini di sciroppo di zucchero (potete prepararlo sciogliendo 250 g di zucchero in 5 dl di acqua: raffreddato, si conserva in frigo, in una bottiglia, per diverse settimane ed è adatto a dolcificare anche il tè e il caffè freddi). Unite 1,2 dl di succo di ananas, 1,2 dl di gin e ghiaccio a colmare il bicchiere dello shaker. Chiudete, agitate, filtrate e servite nei bicchieri con ghiaccio, spicchi di ananas con la buccia e rondelle di zenzero.



L'uva in dispensa

I bei grappoli, con i loro acini grossi e succosi, ci ricordano che anche al mercato è il momento del cambio di stagione. La bianca Regina e la rosata Red Globe sono entrambe adatte per essere preparate "giulebbate", ovvero candite, da servire con gelati, creme e macedonie, formaggi stagionati e carni saporite come l'anatra. Lavate e sgranate 2-3 grappoli d'uva per ottenere 1 chilo di acini. Metteteli in una casseruola con 750 g di zucchero e 2 dl di acqua, portate a bollore, poi sollevate gli acini con una schiumarola e trasferiteli in un recipiente. Pesate lo sciroppo rimasto e, per ogni 500 g, unite il succo di 2 limoni. Fate restringere qualche minuto a fuoco vivo e versate sull'uva. Coprite e fate riposare una notte in frigo. Il giorno dopo, trasferite lo sciroppo in un pentolino, riportatelo a bollore e riversatelo sull'uva. Il terzo giorno sgocciolate gli acini e divideteli in 4-5 vasetti ben puliti da 2,5 ml. Riportate lo sciroppo a bollore, versatelo nei vasetti, chiudeteli ermeticamente e sterilizzateli facendoli bollire mezz'ora. Si conservano in dispensa circa 6 mesi.



Finger noci

Che gioia sgusciare le prime noci, che in questi giorni presentano la nuova produzione con sentori ancora freschi, una croccantezza particolare e un leggero gusto erbaceo, appena amarognolo, da esaltare con abbinamenti dolci. Per finger food che sorprendono, accostatele a frutta, formaggi, salumi, erbe e aromi di stagione. Tagliate a fettine sottili due pere Abate o Kaiser ben mature, con la buccia, e spruzzatele di limone per non farle annerire; spalmate ogni fettina con un velo crescenza, sistemate su ognuna mezzo gheriglio, pepate e fermate con striscioline di prosciutto crudo. Se volete uno stuzzichino caldo, tagliate a cubotti 120 g di feta greca, passateli pochi minuti sotto al grill, farciteli ancora caldi con un velo di mostarda di frutta morbida e cremosa (per esempio, di albicocche, mele cotogne o fichi) e completate con le mezze noci. Oppure, spezzettate 4-5 gherigli, mescolateli con 80 g di robiola e dividete il composto a ciuffetti su scaglie di pane carasau, con fettine sottilissime di lardo, grossi chicchi di uvetta cilena, un filo di miele liquido e foglioline di maggiorana.

Tutta la freschezza della menta

Se l'avete coltivata con amore, per tutta l'estate, sul balcone o in giardino, ora avrete una menta folta e ancora molto profumata. Infatti, questa piantina resistente e rigogliosa deve il suo aroma agli oli essenziali che si concentrano in grandi quantità quando le temperature sono più alte, quindi durante la bella stagione. Le varietà più usate in cucina sono la piperita e la romana, le cui foglioline odorose regalano ai piatti una freschezza unica. Non solo nelle insalate, dove si sposano a pomodori, cetrioli, meloni, e nelle macedonie di frutta fresca, ma anche con le carni. Per una salsina da abbinare a pollo e agnello, grigliati o al forno, tagliate a julienne molto fine 5-6 belle foglie di menta e mescolatele in una ciotolina con un filo d'olio, qualche goccia di aceto di mele, un pizzico di zucchero, sale e, se vi piace, peperoncino fresco a rondelle. Preparatela con una mezz'ora di anticipo e versatela sulla carne fumante, appena prima di servire: il calore ne sprigionerà tutto l'aroma.



Per creare un capolavoro.



termometro
digitale PRESTO art. 420910

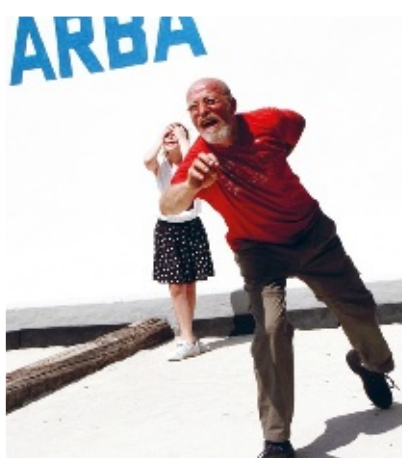
tescoma®

la passione in cucina.



Numero Verde
800777546

Le marmellate fatte in casa, il cioccolato e molte creme e salse necessitano di un controllo specifico della temperatura: ti aiuta il termometro digitale con sensore che misura velocemente da -50 °C a +300 °C, commutabili in °F, preciso e resistente al vapore e all'umidità. Perfetto anche per fritti croccanti ed asciutti!



U Barba è una bocciolina e trattoria ristrutturata nell'area sud-est di Milano. Il patron, Marco Bruni, è di origine genovese e propone i piatti tradizionali della sua terra sapientemente preparati dallo chef Claudio Lazzone. Indirizzi a pagina 6

Immaginare un posto dove si possano mangiare cose buone, come preparate dalla mamma, con anche uno spazio per giocare con gli amici, fa venire in mente una scuola materna o forse l'isola che non c'è. E invece c'è. Piace ai piccoli ma è fatta per i grandi e ha davvero il sapore di un'isola felice. La bocciolina, sede di una tradizione antica e un po' dimenticata, di cui gli italiani sono stati ambasciatori nel mondo, è forse l'unico spazio dove gli adulti possono sentirsi bambini. Darsi appuntamento una bella domenica mattina, ingaggiare una gara a bocce anche se non si è capaci, barare impunemente, poi sedersi a tavola, riderci su e prometterci una rivincita subito dopo pranzo. Ecco, il pranzo. In una giornata così ha un valore fondamentale. Deve essere godurioso e popolare, ludico come tutto il resto. In settembre, ultimo scampolo d'estate, niente di meglio di un gustoso menu ligure, con tutti i profumi del mare, ideale prolungamento delle vacanze appena concluse. A introdurre la ricca carrellata di bontà, è immancabilmente la focaccia di Recco: due veli di sfoglia (semola di grano duro, acqua e olio) con in mezzo lo stracchino. La ricetta più semplice, ma anche la più golosa grazie a due segreti basilari: una pasta sottilissima e un forno molto caldo. Tradizione vorrebbe che la sfoglia superiore fosse ancora più sottile della sottostante, ma riuscire a tirarla così tanto non è né semplice né indispensabile.

> segue a pag. 19

Pranzo in bocciofila

UN'OCCASIONE UNICA CHE UNISCE
AL PIACERE DEL PALATO QUELLO DEL GIOCO.
UN MENU CHE HA IL PROFUMO DELLA
TRADIZIONE E DELLE BUONE COSE LIGURI

testo di Cristiana Cassé, ricette
di Alessandra Avallone e Marco Bruni,
foto di Stefania Sainaghi, styling
di Monica Cattaneo, scelta dei vini
di Sandro Sangiorgi. Si ringrazia la
bocciofila U Barba per l'ospitalità

Focaccia
di Recco, pag. 24



Acciughe ripiene
alla genovese, pag. 24

BERE GIUSTO

Il cuore di questo menu, per quanto riguarda l'accostamento con il vino è rappresentato dalle acciughe e dalla teglia, due piatti che possono essere accompagnati dallo stesso vino, un Vermentino del Golfo del Tigullio, bianco dotato della peculiare sapidità propria degli antichi bianchi genovesi, alla quale associa raffinati profumi marini e un sapore lungo e vispo, così da potersi misurare sulla ricchezza delle cozze e non far mancare il giusto apporto alla torta di melanzane.



FAGIOLINI DALL'OCCHIO ED ERBETTE

PER 6 PERSONE

200 g di fagioli dall'occhio - 1 foglia di alloro - 2 spicchi di aglio - 1 peperoncino piccante - 2 mazzi di erbe novelle - il succo di mezzo limone - 1 piccola cipolla di Tropea - olio extra vergine d'oliva - sale

- **1** Fate rinvenire i fagioli in acqua fredda per almeno 6 ore, scolateli e lessateli in acqua non salata con la foglia di alloro per 30 minuti circa. Salate l'acqua a fine cottura e, quando sarà ormai tiepida, sgocciolate i fagioli.
- **2** Lavate le erbe e tagliatele a striscioline. In una padella, soffriggete gli spicchi di aglio non sbucciati e il peperoncino con 4 cucchiaini di olio, unite i fagioli e lasciate insaporire per 10 minuti. Aggiungete le erbe, salate, coprite e proseguite la cottura per 3 minuti.
- **3** Fate evaporare l'acqua in eccesso a padella scoperta e condite con metà del succo del limone. Affettate finemente la cipolla di Tropea, salatela, conditela con il limone rimasto e servitela sopra i contorno.

FACILE ● Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 50 minuti ● 165 cal/porzione



> segue da pag. 16

A seguire, una specialità genovese, le acciughe ripiene di mollica di pane bagnata nel latte e mescolata con uova, aglio e prezzemolo. I pescetti, accoppiati a sandwich e farciti con il goloso impasto, vengono poi impanati e fritti. Nelle versioni più ricche, come quella che presentiamo, la farcia prevede anche qualche acciuga tritata. Sempre in tema di antipasti, ecco una splendida torta ortolanta, preparata con strati di melanzane alla griglia, pomodori, parmigiano e una miscela di uova e latte. Il gusto mediterraneo, ma delicato, è esaltato da qualche fogliolina di maggiorana aggiunta sulla torta appena sfornata (un tocco facoltativo ma consigliabilissimo). A tavola l'atmosfera è calda. Si brinda e si fanno pronostici: come di consueto, l'unico amico che non sa giocare è andato a bocchino al primo colpo, ma la fortuna del principiante non è eterna... E mentre fioccano le scommesse sulla partita pomeridiana, arriva una deliziosa insalatina di fagioli dall'occhio ripassati in padella con erbe e peperoncino, il tutto rifinito da una geniale julienne di cipolle di Tropea condite al limone, che rinfresca e aggiunge croccantezza.

> segue a pag. 20

Torta di melanzane, pag. 24

Piatti e sottopiatto di Sia.
Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 19

A questo punto, dopo i sostanziosi antipasti, fa il suo ingresso un trionfale piatto unico. Una teglia di cozze al pomodoro fresco e aglio adagiate su un letto di patate cotte al forno con aromi e l'acqua di cottura dei molluschi. Con questa ricca portata, autentica festa di sapori marinari, è bene prevedere un po' di pane di accompagnamento (tipo francese, magari, con la crosta croccante la mollica ben soffice) per fare "scarpetta", gesto forse poco elegante, ma di grandissima soddisfazione, annoverato persino dalla Treccani online: letteralmente "raccolgere il sugo rimasto nel piatto passandovi un pezzetto di pane infilzato nella forchetta, o più comunemente tenuto tra le dita". E, provare per credere, qui la scarpetta è doverosa.

> segue a pag. 23

**Teglia di cozze
e patate, pag. 24**

Pirofila da forno
di Emile Henry.
Indirizzi a pagina 6



Marcato Ravioli Tablet:
per realizzare gustosi ravioli
freschi in pochi minuti.
Design e funzionalità,
creatività e tecnologia,
qualità e innovazione, dal 1930.

www.marcato.it

Dall'Alto Adige. Garantito.

Formaggio Stelvio DOP:
qualità e origine certificate.

Ha un sapore intenso e aromatico, origini genuine e viene prodotto, secondo le antiche tradizioni, solo con latte fresco di alta montagna: è il Formaggio Stelvio dell'Alto Adige, originale e unico. Per questo merita il marchio DOP (Denominazione di Origine Protetta) dell'Unione Europea. Perché tutti possano riconoscere la sua qualità. Autentica e garantita.



www.altoadigegarantito.eu

> segue da pag. 20

Crème caramel a sorpresa

Il pranzo si conclude con un goloso crém caramel profumato al caffè con un'idea di rum. Vellutato, da gustare fresco, introduce il caffè vero e proprio, indispensabile per affrontare lucidamente la competizione pomeridiana, accompagnato da qualche biscottino fatto in casa. Un po' di frutta di stagione, dai fichi alle perine coscia, e si è pronti per giocare. Qualcuno sta già togliendo le bocce dal triangolo, qualcun'altro si è appartato su una sdraio dietro l'angolo e "medita" a occhi chiusi. D'altronde, non è una bocciofila che si rispetti quella in cui non c'è nessuno che schiaccia un pisolino. A tutti gli altri, bon jeux!, vinca il migliore.

Vasoio con perno
centrale di Sia.
Indirizzi a pagina 6

Crème caramel
al caffè, pag. 24



FOCACCIA DI RECCO

PER 8 PERSONE

250 g di semola di grano duro
- 350 g di stracchino - olio
extravergine d'oliva - sale

- **1** Impastate la semola con 65 g di olio e un pizzico di sale e, lavorandola sulla spianatoia, aggiungete un poco di acqua fino a ottenere una pasta morbida ed elastica. Fate un panetto e lasciate riposare 1 ora coperto con un panno in un ambiente senza correnti. Lavorate di nuovo la pasta per qualche minuto, conformatela a panetto e fatela riposare 10 minuti.
- **2** Dividete la pasta 2 parti e stendetela sottilmente con il mattarello. Sollevare una sfoglia, reggetela con i pugni chiusi e con un movimento rotatorio allargatela fino a farla diventare molto sottile. Fate lo stesso con l'altra sfoglia.
- **3** Oliate abbondantemente un'ampia teglia a bordo basso, stendetevi la prima sfoglia, coprite con il formaggio a pezzetti e quindi con la seconda sfoglia. Tagliate pasta eccedente e premete i bordi fra le dita per sigillarli.
- **4** Irrorate la focaccia con abbondante olio e poi spalmatelo con il palmo delle mani esercitando una pressione sufficiente a schiacciare un poco il formaggio. Salate uniformemente e bucherellate la superficie con una forchetta. Cuocete in forno a 250 ° per 20 minuti.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + riposo
- Cottura 20 minuti ● 375 cal/porzione

ACCIUGHE RIPIENE ALLA GENOVESE

PER 6 PERSONE

28 acciughe diliscate e aperte a libro - 100 g di mollica di pane
- 2 cucchiaini di parmigiano grattugiato - 3 uova - un bicchiere di latte - 1 spicchio di aglio - un mazzetto di prezzemolo e maggiorana
- 200 g di pangrattato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Bagnate la mollica nel latte, strizzatela e sbriciolatela in una ciotola. Preparate un trito di aglio e prezzemolo, soffriggetelo brevemente in un padellino con 2 cucchiaini di olio.

- **2** Mescolate il trito con la mollica ammolata, 1 uovo sbattuto, 4 acciughe crude tritate finemente, il parmigiano e 1 cucchiaino di maggiorana tritata. Salate e pepate.
- **3** Distribuite il mix su metà delle acciughe e coprite con quelle restanti. Sbattete le uova rimaste con sale e pepe, immergetevi le acciughe farcite, passatele nel pangrattato e friggetele in abbondante olio bollente. Se vi piace, accompagnatele con una ciotolina di pesto.

FACILE

- Preparazione 35 minuti
- Cottura 5 minuti ● 260 cal/porzione

TORTA DI MELANZANE

PER 8 PERSONE

2 grosse melanzane - 1 rotolo di pasta brisée - 4 pomodori perini - 80 g di parmigiano grattugiato - 3 uova - 1 mazzetto di maggiorana - 1 spicchio di aglio - 5 cucchiaini di latte - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Tagliate i pomodori a rondelle e metteteli a sgocciolare in un colino. Tritate finemente l'aglio e la maggiorana e mescolate il battuto con 3 cucchiaini di olio. Tagliate a fette le melanzane, salatele leggermente, cuocetele in una padella antiaderente o sulla griglia senza condimento finché saranno dorate, quindi conditele con l'intingolo preparato.
- **2** Sbattete le uova con sale, pepe e il latte. Adagiate la pasta brisée in una teglia foderata con carta da forno e riempiate alternando le melanzane, il parmigiano e i pomodori e irrorando ogni strato con la miscela di uova. Cuocete la torta in forno a 180° per 45 minuti e servitela tiepida.

FACILISSIMA

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 1 ora ● 340 cal/porzione

TEGLIA DI COZZE E PATATE

PER 6 PERSONE

4 patate - 1,5 kg di cozze
- 2 spicchi di aglio - 2 cipollotti sottili - 1 mazzetto di prezzemolo e finocchietto - 1 pomodoro cuore di bue - 4 cucchiaini

di pangrattato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Sbucciate le patate, tagliatele a fette di 1/2 cm di spessore, conditele con 2-3 cucchiaini di olio, sale e pepe e disponetele sul fondo di una teglia.
- **2** Lavate le cozze, trasferitele in un'ampia casseruola, unite gli spicchi di aglio non sbuccati, irrorate con un filo d'olio, coprite e mettete su fuoco vivace. Quando saranno aperte, prelevatele con un mestolo forato, filtrate l'acqua di cottura e versatela nella teglia con le patate.
- **3** Coprite la teglia con un foglio di alluminio e infornate a 200° per 30 minuti. Eliminate l'alluminio e proseguite la cottura per circa 10 minuti a 250°. Intanto, tritate i cipollotti e le erbe, riducete a dadini il pomodoro e togliete mezzo guscio alle cozze.
- **4** Quando le patate saranno dorate, cospargetele con il battuto di aromi, disponetevi sopra le cozze e il pomodoro, irrorate generosamente di olio e cospargete con il pangrattato. Gratinare 5 minuti sotto il grill del forno caldissimo.

MEDIA

- Preparazione 30 minuti
- Cottura 1 ora ● 235 cal/porzione

CRÈME CARAMEL AL CAFFÈ

PER 8 PERSONE

9 dl di latte - 250 g di zucchero
- 1 tazzina di caffè ristretto - 6 uova
- 4 cucchiaini di rum (facoltativo)

- **1** Preparate il caramello mettendo in un pentolino su fuoco basso 150 g di zucchero e 4 cucchiaini di acqua. Quando il composto avrà preso colore versatelo sul fondo di 8 stampini da crème caramel e lasciate raffreddare.
- **2** Fate intipidire il latte e il caffè in una pentola. Sbattete le uova con lo zucchero rimasto e il rum, fino a renderle spumose e quindi unite a filo il caffè latte tipido.
- **3** Versate dell'acqua in una teglia fino a metà altezza, sistematevi gli stampini e riempieteli con il composto di latte e uova. Coprite ogni stampo con un foglietto di alluminio e cuocete in forno caldo a 170° per 45 minuti. Fate raffreddare per 6 ore.

FACILE

- Preparazione 20 minuti + riposo
- Cottura 50 minuti ● 235 cal/porzione

Campagna finanziata con
il supporto dell'Unione
Europea e Hybu Cig Cymru –
Meat Promotion Wales (HCC)



Il suo bis, bis, bis, bis,
bis, bis nonno gli ha
insegnato tutto quello
che sa.

La carne di agnello gallese viene allevata da
centinaia di anni; generazioni di allevatori di questo
tipo di carne hanno perfezionato e tramandato le
loro capacità di allevamento nel corso dei decenni.
Questa è solo una delle ragioni per cui la carne di
agnello gallese ha ottenuto la denominazione IGP,
il tanto ricercato marchio che garantisce l'acquisto
di un prodotto di qualità. Passaparola.



Per saperne di più sul marchio IGP, o per
avere notizie, ricette ed informazioni,
visitare agnellogallese.it

È tempo di qualità





*I consigli
dello Chef.*

*"Per aumentare la
cremosità del composto
aggiungi il mascarpone
un poco alla volta"*

Ristorante Marconi 

Aurora Mazzucchelli



**PER SCOPRIRE LA RICETTA DEL TIRAMISÙ
DI AURORA MAZZUCCHELLI VAI SU:**

www.consorzio-virgilio.it

Composizione di more e uva

SUCCOSI FRUTTINI
ROSATI, BELLI
DA VEDERE E DOLCI
DA MANGIARE,
ANTICIPA L'INIZIO
DELL'AUTUNNO

a cura di Silvia Bombelli,
realizzazione di Antonella Pavanello



1



2



3



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

occorrente: 1 piccolo vassoio di alluminio - 1 spugna rettangolare per fioristi - 1 grosso grappolo di uva rosata - 4 rami di more - 2 rami di sedum - 8 rami di nigella - 6 rami di phytolacca americana

- **1** Riempite d'acqua il lavello o un catino, appoggiatevi la spugna e lasciatela affondare in modo che assorba l'acqua necessaria. Rifilate la spugna tagliandola a misura del vassoio e appoggiatela al centro del vassoietto.
- **2** Lavate l'uva. Accorciate i rami di more e togliete le foglie più grandi e quelle sciupate. Disponete tutti gli altri rametti sopra un telo.
- **3** Iniziate la composizione posizionando alcuni rami di more e dei grappolini d'uva a una estremità della spugna. Proseguite alternandoli con il sedum, la phytolacca americana e la nigella, tagliandoli in modo che l'insieme risulti più alto su un lato e più basso sul lato opposto. Una volta coperta tutta la spugna spruzzate di acqua fredda la composizione con un nebulizzatore, tamponate eventuali goccioline dai bordi del vassoio e posizionate al centro della tavola.

Polpo mon amour

SI PUÒ BOLLIRE O ARROSTIRE,
GUSTARE FREDDO O CALDO,
PICCANTE O AGRODOLCE: NON
PERDERÀ MAI QUEL SUO GUSTO
SPECIALE CHE PORTA NEL PIATTO
TUTTA LA FORZA DEL MARE

testo di Daniela Falsitta, ricette di Claudia Compagni,
foto di Luca Colombo/Studio XL, styling Barbara
Mantovani e Sissi Valassina

POLPO PICCANTE AL LIMONE

PER 4 PERSONE

1 polpo da circa 1 kg - 5 limoni non trattati - 1 cucchiaino di salsa chili -
1 cipolla rossa - 1 mazzo di cipollotti - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Tagliate i tentacoli al polpo e, con un coltellino affilato, pelatelo a crudo incidendo le membrane tra un tentacolo e l'altro e tirando la pelle. Tagliate poi ogni tentacolo a tocchetti di 6-7 cm e così pure la testa (anch'essa spellata). Spremete il succo di 2 limoni, versatelo in una terrina, unite 2 cucchiaini d'olio, la salsa chili, la cipolla rossa sbucciata e tagliata a spicchietti e una presa di sale, aggiungete il polpo, mescolate e lasciatelo marinare in frigorifero per 2 ore.
- **2** Levate la ciotola dal frigo e aspettate che il polpo ritorni a temperatura ambiente. Scolatelo dalla marinata e cuocetelo su una piastra calda, rigirandolo su tutti i lati, per circa 15 minuti. Nel frattempo lavate i limoni rimasti e tagliateli a fettine sottili, mondate i cipollotti eliminando la parte verde fibrosa delle foglie e tagliateli sottili in sbieco.
- **3** Mescolate i cipollotti con limoni e condite quest'insalata con 4 cucchiaini d'olio e una presa di sale, quindi disponetela nei piatti e distribuitevi sopra il polpo preparato ancora caldo.

MEDIA ● Preparazione 10 minuti + riposo ● Cottura 15 minuti ● 275 cal/porzione





Sfondi con colori ad acqua
di Colori Ismaela
Collection in vendita da
Marino Paint & Wallpaper.
Piatto littala in vendita
da Jannelli & Volpi,
tovagliolo Society.
Indirizzi a pagina 6



POLPO E PATATE AL FORNO

PER 4 PERSONE

1 polpo a circa 1 kg pulito - 400 g di patate - 4 perini - 1 cipolla rossa -
2 spicchi d'aglio - 12 olive nere di Gaeta - 1 mazzetto di basilico - 1/2
bicchiere di vino bianco - 2 foglie d'alloro - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** In una pentola portate a ebollizione abbondante acqua, unite una presa di sale e l'alloro. Inforcate il polpo e tuffatelo tre volte nella pentola, aspettando che ogni volta l'acqua riprenda il bollore. Infine immergetelo e lasciatelo cuocere per 20 minuti. Fatelo raffreddare altri 20 minuti nella sua acqua, scolatelo tenendo da parte 4 cucchiai del liquido di cottura, pelatelo e tagliatelo a tocchetti.

● **2** Pelate le patate, lavatele e tagliatele a spicchi, scottatele per 5 minuti in acqua salata in ebollizione e sgocciolatele. Condite polpo e patate con 4 cucchiai d'olio, una presa di sale, l'acqua del polpo e il vino bianco. Trasferite tutto in una teglia da forno, unite i pomodori tagliati a fette, la cipolla sbucciata e tagliata a fettine sottili e gli spicchi d'aglio schiacciati.

● **3** Coprite la teglia con un foglio di stagnola e cuocete polpo e verdure in forno già caldo a 180° per 20 minuti. Eliminate la stagnola, unite le olive, proseguite la cottura per altri 15 minuti e completate con una manciata di foglie di basilico spezzettate.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora ● 320 cal/porzione

Piatto Rosenthal, tovagliolo Society, forchetta Nella Longari. A destra: piatto Rosenthal, tovagliolo Le jacquard française, cucchiaino Sambonet; sullo sfondo piatto Shop Saman e tovagliolo Society. Indirizzi a pagina 6

TERRINA CON PESTO DI BASILICO E MANDORLE

PER 4 PERSONE

1 polpo di 1,5 kg pulito - 2 patate - 8 fiori di zucca - 1 scalogno - alcune foglie di basilico - 40 g di mandorle - 1 cipolla - 1 foglia d'alloro - 1 spicchio d'aglio - 1 cucchiaio d'aceto bianco - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** In una pentola d'acqua fredda immergete la cipolla e l'alloro, unite l'aceto e portate a ebollizione. Aggiungete il polpo con una presa di sale e cuocetelo su fiamma bassa per 45 minuti. Intanto pelate le patate e tagliatele a dadini molto piccoli, trasferitele in una casseruola con acqua fredda salata e cuocetele per 7-8 minuti. Tritate finemente lo scalogno e fatelo stufare in un padellino con 2 cucchiaini d'olio e 2 dell'acqua di cottura del polpo, unite i fiori di zucca puliti e spezzettati, salate, lasciate appassire i fiori e spegnete.
- **3** Fate raffreddare il polpo nella sua acqua, scolatelo e tagliatelo a grossi pezzi. Rivestite con carta da forno uno stampo da plum cake di 8 x 22 cm e riempitelo alternando polpo, patate e fiori di zucca. Richiudete la carta da forno sul contenuto della terrina, ponetevi sopra un peso e trasferitela in frigo per 6-8 ore.
- **4** Lavate e asciugate il basilico e frullatelo con le mandorle, l'aglio e 6 cucchiaini d'olio. Sformate la terrina e servitela a fette con la salsina preparata.

FACILE ● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 55 minuti ● 455 cal/porzione





RUDY CIUFFARDI

Chef e proprietario di vari ristoranti, di un'osteria e di una discoteca (tutti a Sestri), capitano di un peschereccio che fornisce la materia prima alle sue cucine e autore di sei libri (vedi: www.polpomario.com alla voce "editoria"), Ciuffardi è tra i maggiori esperti di polpo al mondo. Tra le sue tante invenzioni culinarie figura la "soppressata di polpo", oggi copiata in tutta Italia.



Il Polpo Mario viveva beato tra gli scogli di Sestri Levante. Il Gnussa, vecchio pescatore, lo andava a trovare ogni giorno e pare che tra i due fosse nata una grande amicizia. Fino al giorno in cui Cesare, Re dei Polpi, rubò Mario e, colpito dalla sua intelligenza, decise di farlo studiare. Così più o meno racconta Rudy Ciuffardi, lo chef sestrese che al Polpo Mario e alle sue leggendarie avventure ha dedicato il primo dei suoi cinque ristoranti, oltre a diversi libri, e a tutti i polpi veri del mar Ligure una grande passione culinaria. Ci siamo rivolti a lui per farci spiegare i motivi di tanto amore. "Quando ero bambino questo mollusco non era molto apprezzato dalle mie parti", racconta, "c'era chi lo riteneva duro, ma solo perché non lo sapeva cucinare. Ed era un peccato perché con il suo prorompente gusto d'arziglio, ovvero di mare, di scogli e di alghe, il polpo per i Liguri sembrava fatto apposta". Così Ciuffardi, che aveva dalla sua un padre pescatore (anzi proprio quel Cesare della storia, il Re dei Polpi) e una mamma cuoca, ha cambiato le cose.

Si comincia con tre tuffi bollenti

"Nelle cucine del sud il polpo c'è sempre stato", continua Ciuffardi, "per tradizione lo si cucina in umido e rigorosamente con la pelle. Il suo sapore deciso è così gradito che all'intingolo si aggiungono anche le interiora e, nei mercati di Napoli e Palermo, lo puoi comprare vivo. I Greci, che lo portavano come provvista sulle navi, impararono a essiccarlo e hanno finito per amarlo così: sapido e pungente. In Puglia c'è chi lo mangia crudo, dopo averlo ammorbidito strofinandolo sugli scogli. Ma con i dovuti accorgimenti", spiega, "la consistenza naturale del polpo diventa un pregio. Importante è non esagerare mai nella bollitura, che finirebbe per rovinare le carni e rendere la pelle sfilacciata". L'ideale, secondo l'esperto, è tuffarlo 3 volte in acqua bollente e poi farlo lessare il meno possibile a seconda della preparazione. "I giapponesi, che di polpo se ne intendono, lo gustano dopo appena 5 minuti di cottura, tagliato sottilissimo". Ciuffardi ha studiato le loro tecniche nel corso di numerosi viaggi, ma c'è stata anche una volta che una troupe della nipponica Fuji Television è sbarcata a Sestri per dedicargli un documentario. Ma questa è solo una delle tante avventure raccontate dal pirotecnico cuoco ligure, autore di brillanti ricettari, di favole e persino di un volume a fumetti. Come quella volta che attaccò i colleghi francesi (c'era anche Paul Bocuse sul banco degli imputati) per non aver mai inserito il polpo nelle loro opere di cucina. O quando decise di convincere la scrittrice Isabel Allende degli effetti afrodisiaci del mollusco. E pare che lei, alla fine, gli abbia dato ragione.



BOUILLABAISSE DI POLPO

PER 4 PERSONE

1 polpo di 1 kg pulito - 400 g di pomodori perini - 1 arancia non trattata - 2 scalogni - 1/2 bicchiere di vino bianco - 1 bustina di zafferano in stimmi - 1 bustina di zafferano in polvere - 2 rametti di timo - 1 foglia di alloro - 1 baguette - 150 g di maionese - 2 spicchi d'aglio - 2 cucchiaini di paprica dolce - - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Tagliate i tentacoli al polpo, spellateli insieme alla testa e riducete il tutto a tocchetti. Tritate gli scalogni finemente, lasciateli stufare dolcemente in una casseruola con 4 cucchiai d'olio, unite il timo legato con le foglie d'alloro, un pizzico di sale e il polpo e lasciatelo cuocere coperto, su fiamma bassa per 20 minuti.
- **2** Nel frattempo scottate i pomodori in acqua in ebollizione, scolateli, pelateli, eliminate i semi e riducete la polpa a dadini. Uniteli al polpo in cottura insieme a due strisce di scorza d'arancia, lo zafferano in stimmi, il vino bianco e una presa di sale. Coprite nuovamente la casseruola e proseguite la cottura per altri 20 minuti.
- **3** Eliminate l'anima centrale dell'aglio e grattugiatelo o spremetelo con l'apposito attrezzo, mescolatelo con maionese, zafferano in polvere, paprica. Affettate la baguette e tostatela leggermente. Eliminate timo, alloro, scorza d'arancia e servite la zuppa accompagnata da fette di pane spalmato con la salsa "rouille" preparata.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 55 minuti ● 590 cal/porzione

Sullo sfondo, tessuto in
garza di lino di Blanc
Mariclo, ciotolina Rosenthal.
Indirizzi a pagina 6



STOP MOTION
www.salepepe.it

SPIEDINI DI POLPO ARROSTO AL ROSMARINO CON PANCETTA E PANE

PER 4 PERSONE

1 polpo di 1 kg pulito - 100 g di pancetta tesa a fette - 2 francesini - 1 cipolla - 1 costola di sedano - 1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 1 spicchio d'aglio - 8 rametti di rosmarino - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero in grani

- **1** Sbucciate la cipolla, mondate e tagliate la costola di sedano a tocchetti, immergete entrambe in una pentola d'acqua fredda e portate a ebollizione. Unite una presa di sale grosso e lessate il polpo per 30 minuti. Lasciatelo raffreddare nella sua acqua, scolatelo, eliminate la pelle e riducetelo a tocchetti.
- **2** Abbrustolite i peperoni sotto il grill del forno, copriteli con carta d'alluminio e lasciateli raffreddare. Eliminate pelle, semi e filamenti e frullateli nel mixer con una presa di sale, 4 cucchiaini d'olio e l'aglio sbucciato e privato dell'anima centrale.
- **3** Affettate il pane sottile e dividete ogni fetta in 4, dividete in 2 le fette di pancetta. Sfogliate i rametti di rosmarino lasciando solo un ciuffetto finale e utilizzateli per infilzare tocchetti di polpo, pancetta e pane alternati. Condite gli spiedini con 2-3 cucchiaini d'olio e cuoceteli sulla piastra, rigirandoli, per 5-6 minuti. Cospargeteli con 4-5 bacche di pepe pestate e serviteli caldi con la salsa di peperoni a parte.

MEDIA ● Preparazione 25 minuti ● Cottura 50 minuti ● 470 cal/porzione

Sfondi con colori ad acqua di Colori Ismaela Collection in vendita da Marino Paina & Wallpaper, piatto Bitossi Home, ciotolina Alessi. A destra: piatto Alessi, tagliere vintage Mauro Bolognesi, tovagliolo Nella Longari. Indirizzi a pagina 6

INSALATA AGLI AGRUMI CON CAPPERI E PESCHE

PER 4 PERSONE

1 polpo da circa 1 kg pulito - 1/2 arancia - 1 limone - 1 cucchiaio di capperi sotto sale - 2 pesche noce - 1 piccolo mazzetto di rucola - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

- **1** Sciacquate il polpo, trasferitelo in una pentola con il fondo spesso, copritelo con il coperchio e cuocetelo su fiamma molto bassa per circa 30 minuti. Spegnete la fiamma e lasciate raffreddare il polpo nel tegame.
- **2** Scolate il polpo tenendo da parte 2 cucchiaini della sua acqua, pelatelo e tagliatelo in sbieco a fettine sottili. Lavate le pesche, asciugatele e tagliatele a lamelle, mondate la rucola, lavatela, spezzettatela e asciugatela, mettete a mollo i capperi in acqua tiepida per 20 minuti, scolateli, sciacquateli e asciugateli.
- **3** Spremete gli agrumi, filtrate il succo ed emulsionatelo con 4-5 cucchiaini d'olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e l'acqua di cottura tenuta da parte. Disponete tutti gli ingredienti nei piatti e conditeli con la salsina preparata.

FACILE ● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 40 minuti ● 260 cal/porzione



Un formaggio da mare

SFATIAMO UN TABÙ:
IL PESCE VA D'ACCORDO
CON IL FORMAGGIO.
SOPRATTUTTO SE
È GRANA PADANO DOP
ENTRO I 16 MESI DI
STAGIONATURA.



TARTARE DI TONNO CON FRAGOLE, PISTACCHI E CIALDA AL GRANA PADANO DOP

Ingredienti per 4 persone:

500 g di tonno fresco* pulito, 200 g di fragole, 40 g di pistacchi da cucina, mezzo cucchiaino di salsa di soia, 160 g di **Grana Padano DOP** grattugiato, 40 g (4 cucchiaini) di olio extravergine di oliva, sale q.b.

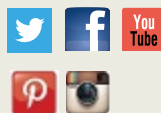
Procedimento:

Preparate le cialde: mettete a scaldare 40 g di Grana Padano DOP grattugiato in un padellino, fatelo fondere 1-2 minuti, toglietelo aiutandovi con una spatolina. Ripetete il procedimento per altre 3 volte, fino

ad ottenere 4 cialde in tutto, che lascerete raffreddare. Prendete il tonno, tritatelo finemente con un coltello, conditelo con 1 cucchiaino di olio, sale e pepe. Dividete il trito in quattro parti, distribuitelo sui piatti individuali servendovi di un coppapasta per dargli una forma circolare, aggiungete su ogni tartare un filo di salsa di soia, un cucchiaino d'olio e un pezzo di cialda. Servite con un contorno di fragole tagliate a fettine, pistacchi sbriciolati, qualche fogliolina di menta, e il restante della cialda di Grana Padano tagliata a pezzetti. Servite.

Il Grana Padano DOP stagionato dai 9 ai 16 mesi, è il formaggio da pasto per eccellenza con un gusto nel complesso dolce, delicato, che ricorda il latte e con una pasta compatta di color paglierino chiaro che non presenta ancora la tipica struttura "a grana". È ideale per accompagnare un aperitivo, a scaglie in una insalata fresca, per completare un carpaccio e si sposa delicatamente con il pesce come nella ricetta che vi proponiamo.

Seguici su:



A PROPOSITO DI VINO

ETICHETTE E ABBINAMENTI, I CONSIGLI DEL SOMMELIER

Bevute tentacolari

LA COMPLESSITÀ DEL
POLPO RICHIEDE
ABBINAMENTI MOLTO
DIVERSI PER OGNI
TIPO DI PREPARAZIONE

a cura di Daniela Falsitta,
testi di Sandro Sangiorgi

LUCA COLOMBO/STUDIO XL

NON CONTRASTATE LA SUA INTENSITÀ

Per quanto ci s'impegni ad attenuare la tenacia della sua fibra, il polpo mantiene una tensione che è il primo elemento da considerare quando si decide con quale vino accompagnarla. È impossibile attaccarla come fosse grasso e non è una buona idea pensare di contrastarla: come accade con tutti i pesci dal sapore intenso, il risultato sarebbe un sacrificio inutile del liquido odoroso. Per comporre un matrimonio d'amore, il polpo va sedotto dando l'impressione di sfaldarlo con delicatezza, in modo che la morbidezza del mollusco possa fondersi col tessuto del vino. Ci penseranno un lieve retrogusto amaricante e il colpo di coda dell'acidità a governare il residuo del condimento e preparare il palato al boccone successivo. Come indicazione generale sono preferibili vini non aggressivi ma dallo sviluppo graduale, diremmo cauto, così che sapiano arrivare in fondo senza forzare sull'eredità tattile lasciata dal polpo. Ma

da tenere presente è anche la ricchezza di ferro che, a confronto con sostanze come acidità e tannino, può scatenare uno sgradevole effetto metallico.

A VOLTE È MEGLIO CHE SIA ROSSO

In definitiva ai bianchi – Cinque Terre, Pigato, Arneis, Locorotondo, Grillo, Chardonnay – lasceremo le preparazioni servite come antipasto per custodire la fragranza e la freschezza degli elementi, a patto che non si esageri col limone. Ai rosati – Bolgheri, Cerasuolo d'Abruzzo, Castel del Monte – sono congeniali le cotture arrosto con le quali il polpo sperimenta associazioni ardite e generose. Ma anche l'uso del rosso è più frequente di quanto si possa immaginare, soprattutto se le ricette prevedono ingredienti spiccatamente mediterranei come pomodori, olive e agrumi. In questo caso sono consigliati vini appena astringenti e dai profumi non esuberanti, come la Freisa astigiana, il Ciliegio marenmano e il salentino Negramaro.

SLATNIK

Azienda Radikon,
Gorizia; 0481 328040; 21 €.
Composto da quattro parti di Chardonnay e una di Friulano, è il classico bianco vinificato sulle bucce in grado di affrontare piatti che uniscono delicatezza e incisività, come il polpo piccante al limone (pag. 28).

ROSATO IGT TOSCANA

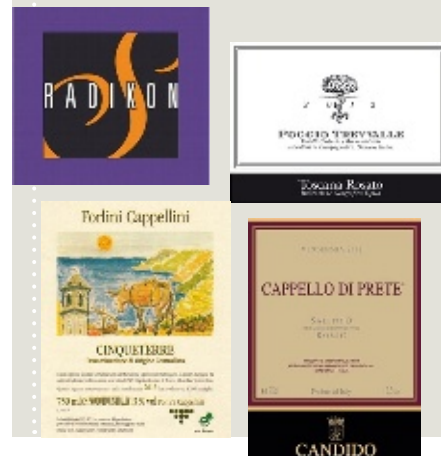
Poggio Trevalle,
Campagnatico (GR),
0564 998142; 9 €.
Ottenuto nel territorio di Scansano attraverso certificata coltivazione e produzione biologica, esibisce il vigore della Maremma attraverso profumi e sapore gagliardi, ideali per competere con l'imprevedibile varietà degli spiedini (pag.34).

CAPPELLO DI PRETE

Azienda Candido, Sandonaci (BR), 0831 635674; 11 €.
La voluttuosa bouillabesse (pag. 33) richiede le attenzioni di un rosso educato ma non assopito. La matura energia di questo vino avvolge il gusto del piatto mettendone in luce la minuziosa aromaticità. Lo stesso fa con il polpo al forno di pag. 30.

CINQUE TERRE

Forlini Cappellini, Manarola (SP), 0187 920496; 21 €.
Il Cinque Terre sente il polpo come pochi altri: le sue uve bianche, Albarola, Bosco e Vermentino, gli donano equilibrio ed eleganza, aspetti ideali per accogliere gli accattivanti contrasti dell'insalata di pag. 35 e la purezza della terrina (pag. 31).



Pasta alla puttanesca



**UN PIATTO MITICO, CONDITO
CON UN SUGO SEMPLICE
MA STUZZICANTE. DOVE
SI MESCOLANO FRAGRANZE
DI TERRA E DI MARE**

**di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello, foto di
Michele Tabozzi, scelta del vino di Sandro Sangiorgi**

L'origine di questo piatto? Una vera querelle che coinvolge alcuni illustri personaggi ischitani. Secondo l'esperta gastronomo Jeanne Carola Francesconi, la palma della sua invenzione spetta al pittore Edoardo Maria Colucci. Si legge nel suo libro *La Cucina Napoletana*: "...oltre ai consueti più intimi amici, sfilavano sulla terrazza del pittore, che viveva a Punta Mulino - in quel tempo uno degli angoli più pittoreschi di Ischia - le più svariate personalità italiane e straniere. E lui, dopo aver offerto come aperitivo un fresco e genuino vinello d'Ischia,

> segue a pag. 40



LA PREPARAZIONE

PER 4 PERSONE

320 g di spaghetti medi – 500 g di pomodori maturi – 100 g di olive nere di Gaeta – 4 acciughe salate – 1 cucchiaio di capperi sotto sale – 2 spicchi d'aglio – 1 peperoncino rosso piccante – 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro – olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Snocciolate le olive, dissalate le acciughe sotto l'acqua corrente, poi diliscatele conservando solo i filetti; dissalate anche i capperi lavandoli ripetutamente sotto l'acqua corrente.
- **2** Incidete i pomodori sulla base, poi immergeteli in acqua in ebollizione, scolateli dopo pochi istanti, spellateli, eliminate i semi e tritateli.
- **3** Tagliate a fettine il peperoncino ed eliminate i semini. Rosolate in una padella con 4 cucchiai di olio gli spicchi d'aglio sbucciati e schiacciati e il peperoncino; appena l'aglio è dorato toglietelo.
- **4** Unite al condimento i filetti di acciuga e fateli sciogliere bene schiacciandoli con una forchetta.
- **5** Aggiungete i pomodori tritati, mescolate con un cucchiaio di legno, quindi unite il concentrato e stemperatelo.
- **6** Dopo pochi minuti aggiungete i capperi e le olive; cuocete ancora per qualche minuto a fuoco vivo, mescolando.
- **7** Mentre la salsa cuoce portate a ebollizione in una casseruola abbondante acqua leggermente salata, quindi immergetevi gli spaghetti.
- **8** Scolateli in una ciotola dove avrete versato metà della salsa, distribuitevi sopra il resto della salsa, mescolate e servite.





LA PAROLA ALLO CHEF

Risponde alle nostre piccole curiosità Umberto Castellaccio, chef dell'albergo Torre Sant'Angelo di Ischia (www.torresantangelo.com) e organizzatore di corsi di cucina tipica locale.

Qual è il formato di pasta più adatto per questa ricetta? Da noi sono sicuramente le linguine le più usate, ma vanno bene anche spaghetti e maccheroni e tutti i formati che raccolgono bene il condimento.

Per preparare la puttanesca quali ingredienti locali utilizza?

Le olive, prodotto tipico della nostra isola, anche se la maggior parte delle olive qui viene destinata alla produzione di olio.

Anche i capperi sono un prodotto nostrano: se ne trovano un po' ovunque, perfino nelle nostre "parracine" (muri a secco che delimitano molte strade di Ischia).

Per i suoi ospiti propone qualche variante rispetto la ricetta tradizionale?

Mi attengo alla nostra tradizione ma mi piace puntare anche su un'accattivante presentazione del piatto, per esempio decorandolo con spicchi di pomodori confit e fiori di capperi con gambo.

> segue da pag. 38

improvvisava spesso una cenetta a base di questi maccheroni che erano la sua specialità". Affermazione contestata in un articolo pubblicato qualche anno fa sul quotidiano di Ischia "Il Golfo", secondo cui l'invenzione del piatto è da attribuirsi a un nipote del suddetto pittore, l'architetto Sandro Petti, definito "mago dei fornelli", che pare abbia mandato in visibilio un piccolo stuolo di amici affamati mettendo in padella quel poco che gli era rimasto in frigo: "...in cucina avevo solo quattro pummarorelle, due olive, qualche capperi - si schermisce l'architetto - e con quelle preparai il sugo per gli spaghetti". La ricetta piacque molto agli amici, che vista la penuria degli ingredienti a disposizione si aspettavano "una puttanesca qualsiasi", termine in seguito trasformato e ingentilito dal suo autore in "puttanesca".

Acciughe sì acciughe no

Dell'origine del singolare nome, un po' osé, di questo piatto, si è occupato anche l'esperto gastronomo statunitense Arthur Schwartz nel suo libro "Naples at table" dove prende in considerazione diverse ipotesi: la più credibile sostiene che all'inizio del secolo il proprietario di una casa di appuntamenti nei Quartieri Spagnoli di Napoli, era solito rifocillare i propri ospiti con questo piatto, sfruttandone la rapidità e la facilità di preparazione. Allora la ricetta non prevedeva l'aggiunta delle acciughe e ancora oggi c'è chi sostiene che questo ingrediente è previsto solo da una variante laziale del piatto. In realtà i saporiti filetti, debitamente dissalati e sciolti nella salsa, sono diventati un elemento importante per regalare alla pasta di quel sottile gusto "marinaro" che caratterizza molti piatti isolani e delle nostre coste.



BERE GIUSTO

Per questa ricetta di origine campana si "impone" un vino di stretta territorialità, il Cecubo, rosso già celebre nell'antica Roma, realizzato vicino al vulcano spento di Roccamonfina in provincia di Caserta e ottenuto da uve Primitivo e Piediroso; la versione di Villa Matilde si segnala per la beva spigliata che integra la vigorosa sensazione di terra e incontra la mediterranea e rustica bellezza del primo piatto.

I SUGGERIMENTI DI SALE & PEPE

Vi segnaliamo alcuni locali che propongono, tra le loro specialità, in interpretazioni diverse, anche questo piatto.

AGRITURISMO BIOLOGICO LA NOSTRA FATTORIA

Via Mirtense km. 9.000 - Castelnuovo Di Farfa (RI), tel. 0765 36346.

In uno scenario incantevole sulla valle del fiume Farfa, corsi di cucina e degustazioni di olio extra vergine d'oliva biologico. Tra i tanti piatti proposti anche i Maltagliati alla puttanesca, in versione laziale.

RISTORANTE PIZZERIA AL CONVENTO

Piazza San Francesco 16, Cetara (Sa), tel. 089 261039.

Il locale è situato nella splendida cornice della Costiera Amalfitana, ai piedi del monte Falerio in una profonda vallata fiancheggiata da vigneti. Tra i primi piatti, in bilico tra tradizione e fantasia, ottimi spaghetti trafilati al bronzo alla puttanesca di alici e colatura di Cetara.

OSTERIA PAISÀ

Via Marina Nuova 82, Agnone Cilento Montecorice (Sa), tel. 329 9121204.

In questo scrigno di cucina locale si possono gustare ottime mezze maniche con pomodori, capperi, olive e pesce azzurro.

Sole e aria pura fanno buona la verdura

Scoprite la Verdura dell'Alto Adige



Riscoprite il piacere dei sapori genuini, della verdura cresciuta sotto il sole, dei piatti gustosi della nostra tradizione. La Verdura dell'Alto Adige cresce in montagna e si raccoglie fresca e croccante da giugno ad ottobre.

www.verduraaltoadige.com



Verdura

Desidero ricevere
gratuitamente
il ricettario ed il depliant
Verdura dell'Alto Adige.

Nome _____ Cognome _____

Via _____ CAP _____ Città / Provincia _____

Ai sensi della legge n. 675/96 i dati personali saranno utilizzati esclusivamente per l'invio del materiale richiesto.

Inviare a:
EOS della Camera di
commercio di Bolzano
via Alto Adige 60, 39100 Bolzano
info@verduraaltoadige.com

Torte di riso

DELIZIOSI SFORMATI SALATI CON FARCITURE
SORPRENDENTI, FRESCHE E GOLOSE. CINQUE
RICETTE PER INTERPRETARE UN CLASSICO
DELL'ESTATE CON IRRESISTIBILE FANTASIA

A cura di Silvia Bombelli, ricette
di Claudia Compagni, scelta dei vini
di Sandro Sangiorgi, styling di Barbara
Mantovani e Sissi Valassina,
foto di Luca Colombo/Studio XL



Crostata con ratatuaia
e burrata
pag. 48

TATIN DI RISO E PEPERONI

PER 4 PERSONE

300 g di riso Ribe, 1 peperone rosso, 1 peperone giallo, 1 cucchiaio di capperi sotto sale, 12 olive nere di Gaeta, 2 rametti di origano fresco, 3 uova, 50 g di parmigiano reggiano grattugiato, 30 g di zucchero, 30 g di burro, pepe nero, sale

- **1** Sciacquate i capperi sotto l'acqua corrente e metteteli a bagno in una ciotola con acqua tiepida. Lavate i peperoni, spennellateli con poco olio e abbrustoliteli sotto il grill del forno rigirandoli su tutti i lati. Trasferiteli in una ciotola, copriteli e lasciateli raffreddare. Nel frattempo cuocete il riso in abbondante acqua salata in ebollizione per 12 minuti, scolatelo e fatelo raffreddare sotto l'acqua corrente.
- **2** Snocciolate le olive. Scolate e sciacquate nuovamente i capperi, asciugateli e tritateli con le olive snocciolate e le foglioline di origano. Unite il trito al riso con le uova sbattute, una presa di sale, il parmigiano, una macinata di pepe e mescolate.
- **3** Spellate i peperoni, eliminate semi e filamenti interni e divideteli in falde. Sciogliete il burro in uno stampo del diametro di 20 cm posto su fiamma bassa con una retina spargifiamma, unite lo zucchero e proseguite la cottura fino alla formazione di un caramello dorato.
- **4** Levate lo stampo dal fuoco, disponete le falde di peperone sul fondo e versatevi sopra il riso condito. Livellatelo e cuocete la tatin in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti. lasciatela riposare per 10 minuti e sformatela sul piatto da portata. Servitela tiepida, cosparsa, se vi piace, con altre olive e foglioline di origano.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 55 minuti ● 475 cal/porzione



Sformato con erbette,
funghi e ricotta
pag. 48



Nella pagina precedente, Runner
Society. A sinistra, piatto Bitossi
Home. Sopra: piatto Rina Mainardi,
bicchieri Bitossi Home, tovagliolo
Society, posate Alessi.
Indirizzi a pag. 6



Torta alle zucchini e
loro fiori con pinoli
pag. 48

TORTA DI RISO AL POMODORO CON ACCIUGHE

PER 4 PERSONE

300 g di riso Roma - 1 kg di pomodori perini maturi - 1/2 l di brodo vegetale - 1 cipolla - 1 costola di sedano - 1 mazzetto di basilico - 8 filetti di acciuga sott'olio - 50 g di pangrattato - 2 uova - 2 cipollotti - 50 g di ricotta dura grattugiata - 1 cucchiaino di zucchero - 30 g di burro - brodo - olio extravergine di oliva - pepe nero - sale

- **1** Tenete da parte un pomodoro e scottate gli altri in acqua in ebollizione per un minuto, scolateli, lasciateli raffreddare, pelateli e tagliatelli tocchetti. Sbucciate la cipolla, mondate il sedano e tritate entrambi finemente. Riunite il trito in una casseruola con la polpa di pomodoro, lo zucchero, una manciata di foglie di basilico, 4 cucchiaini di olio, una presa di sale e cuocete la salsa coperta per 20 minuti. Frullatela e tenetela in caldo.
- **2** Mondate i cipollotti, tagliateli a fettine, fateli stufare dolcemente in una casseruola con 20 g di burro, unite il riso e tostatelo nel condimento per 3-4 minuti. Unite la salsa di pomodoro e cuocete il riso per 10 minuti, mescolando di tanto in tanto e unendo, se necessario, poco brodo caldo alla volta.
- **3** Lasciate raffreddare il riso, mescolatelo con la ricotta dura grattugiata, le acciughe sgocciolate a tocchetti, le uova sbattute e una macinata di pepe nero. Versatelo in uno stampo (diametro 20 cm) imburrato e cosperso di pangrattato.
- **4** Cospargete la superficie con poco pangrattato e con il burro rimasto a fiocchetti e cuocete la torta in forno preriscaldato a 180° per circa 35 minuti. Lasciatela raffreddare, sformatela e decoratela con il pomodoro rimasto tagliato a fette e qualche fogliolina di basilico lavata e tamponata con carta da cucina.

FACILE

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 1 ora e 10 minuti
- 560 cal/porzione

BERE GIUSTO

Il profumo della tatin ai peperoni è condiviso dal croccante Sauvignon dell'AltoAdige, bianco dal sapore intenso. Il vesuviano Lacryma Christi Rosato sente vicinissimo il gusto dei pomodori e va incontro alla sapidità della torta alle acciughe. Le olive di Cerignola e la burrata della crostata con ratatua evocano la luminosa vitalità di un Fiano Minutolo, specialità della Puglia settentrionale. La vena autunnale dei funghi si fonde con la cremosità della ricotta e autorizza all'uso di un elegante Bardolino Chiaretto. La freschezza minerale di un Frascati Superiore si misura con la morbidezza della torta alle zucchine impreziosita dalla tenera tattilità dei pinoli.

Sopra: piatto Christiane Perrochon, ciotole Rina Mainardi. A sinistra, canovaccio in lino sLa Rinascente. Indirizzi a pag. 6



CROSTATA CON RATATUIA E BURRATA

PER 6 PERSONE

230 g di riso Arborio - 200 g di burrata - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - 30 g di pecorino romano grattugiato - 12 olive verdi di Cerignola - 1 melanzana violetta - 2 zucchine - 2 cipollotti - 100 g di pomodorini ciliegia - 3 uova - olio extravergine d'oliva - sale pepe -

- **1** Lessate il riso, scolatelo molto al dente e raffreddatelo sotto l'acqua fredda corrente. Trasferitelo in una terrina e unite le uova sbattute, il parmigiano, il pecorino, una presa di sale, una macinata di pepe e le olive denocciolate e tagliate a tocchetti.
- **2** Ungete uno stampo da crostata rettangolare (10x26 cm), stendete uno strato di riso sul fondo e le pareti, appoggiateci un foglio di carta da forno bagnato e strizzato con sopra fagioli secchi e cuocete in forno preriscaldato a 180° per 20 minuti. Eliminate la carta e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti.
- **3** Cuocete in una padella antiaderente con 4-5 cucchiai di olio la melanzana tagliata a spicchietti per 6-7 minuti. Levatela dalla padella, mettetevi le zucchine tagliate a fette in sbieco, i cipollotti a tronchetti e cuoceteli per 5-6 minuti. Unite i pomodorini con il picciolo e cuocete per altri 3-4 minuti. Aggiungete la melanzana cotta, regolate di sale e mescolate. Levate la base di riso dallo stampo, riempitela con la ratatua, la burrata spezzettata e servite.

MEDIA

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 1 ora ● 465 cal/porzione



SFORMATO CON ERBETTE, FUNGHI E RICOTTA

PER 6 PERSONE

200 g di riso Arborio - 1 mazzo di erbe - 1 spicchio di aglio - 400 g di porcini - 250 g di ricotta - 240 g di pasta brisé - 1 scalogno - 2 uova - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - noce moscata - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Pulite i funghi, sciacquateli sotto l'acqua corrente, tagliateli a fettine e cuoceteli in una padella con 4 cucchiai di olio, una presa di sale e lo spicchio d'aglio schiacciato per 10 minuti.
- **2** Lessate il riso per 10 minuti e raffreddatelo sotto l'acqua corrente. Mescolate la ricotta con le uova sbattute, un pizzico di noce moscata, il parmigiano, pepe e sale.
- **3** Sbucciate lo scalogno, tritatelo finemente, stufatelo in una padella con 4 cucchiai di olio e 2 di acqua. Unite le erbe lavate e tagliate a striscioline regolate di sale e cuocetele su fiamma vivace per 5-6 minuti. Unitele ai funghi e mescolate.
- **4** Srotolate la pasta brisé, rivestite uno stampo, bucherellate il fondo e riempite con il composto di riso mescolato alle erbe. Tagliate la pasta eccedente a striscioline e decorate la torta. Cuocetela nella parte bassa del forno preriscaldato a 180° per circa 35 minuti.

MEDIA

- Preparazione 30 minuti ● Cottura 55 minuti ● 480 cal/porzione



TORTA ALLE ZUCCHINE E LORO FIORI CON PINOLI

PER 6 PERSONE

1 kg di zucchine - 1 confezione di pasta fillo - 230 g di riso Ribe - una cipolla rossa - 12 fiori di zucca - 2 rametti di maggiorana - 2 uova - un dl di panna fresca - 1 limone non trattato - 50 g di pecorino romano grattugiato - 40 g di pinoli - olio extravergine di oliva - sale - pepe

- **1** Mettete a bagno i pinoli in acqua fredda in una ciotola. Lessate il riso per 10 minuti (deve essere al dente), scolatelo e raffreddatelo sotto l'acqua corrente. Conditelo con le uova sbattute, la panna, il pecorino, le foglie di maggiorana tritate, la scorza di limone grattugiata, una presa di sale e una macinata di pepe.
- **2** Grattugiate le zucchine, lavate e spuntate, con una grattugia a fori grossi. Mondate e tritate la cipolla, mettetela in una grossa padella con 4 cucchiai d'olio, i fiori di zucca mondati e spezzettati e le zucchine. Cuocete su fiamma vivace per 10 minuti circa. Lasciate raffreddare e unite al composto di riso preparato.
- **3** Rivestite una teglia di 20x24 cm con carta da forno, srotolate la pasta fillo, spennellate i vari fogli con un filo di olio e sovrapponeteli nella teglia, in modo da rivestirla e lasciar sbordare 5-6 cm di pasta. Versatevi dentro il composto di riso, livellatelo, cospargetelo con i pinoli sgocciolati e ripiegate i bordi di pasta sul ripieno. Cuocete la torta nella parte bassa del forno preriscaldato a 180° per circa 40 minuti.

MEDIA

- Preparazione 25 minuti ● Cottura 55 minuti ● 560 cal/porzione

Genuina come noi



Mozzarella Brimi.
L'unica con latte cento per cento Alto Adige,
per un sapore tutto da provare.



www.brimi.it

EXPOEXPRESS

UN ASSAGGIO DI EXPO MILANO 2015.

TUTTI IN CARROZZA!

Mancano solo nove mesi al via di **Expo Milano 2015**, la prima Esposizione Universale della storia dedicata all'alimentazione, dove sono attesi oltre 20 milioni di visitatori da tutto il mondo.

Dal **1 maggio al 31 ottobre 2015** del prossimo anno, Milano porterà il nostro Paese e il

tema **"Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita"** al centro dell'attenzione mondiale. Vieni a scoprire in anteprima tutti i grandi progetti della kermesse in una delle stazioni ferroviarie in cui si ferma ExpoExpress: un treno molto speciale, realizzato con la collaborazione di Trenitalia, che ti farà conoscere in anteprima i valori di **Expo Milano 2015**.

Una manifestazione che vedrà la partecipazione di oltre **140 Paesi** (che rappresentano il 94 per cento della popolazione mondiale) con Padiglioni costruiti autonomamente o negli spazi espositivi all'interno di uno dei **nove Cluster Tematici**.

Sali a bordo di ExpoExpress: prossima fermata **Expo Milano 2015!**



UN TRENO SPECIALE GIRA L'ITALIA PER RACCONTARTI EXPO 2015. E PER FARTI VIVERE GRANDI EMOZIONI. A BORDO TI ASPETTANO INCONTRI, SHOWCOOKING E CASTING DI MODA.

Il tour di ExpoExpress fa tappa nel cuore delle città e nel cuore di tutte le donne. Per quattro mesi anche tu **potrai essere protagonista di questa grande avventura insieme a noi**. ExpoExpress ti aspetta nella tua città dalle 10:30 alle 19:30, con tantissimi eventi gratuiti, showcooking e incontri speciali nelle carrozze **Casa Expo**, **Live Expo** e **Food Expo**. Sarà una splendida occasione per incontrarci e conoscerci.

Potrai confrontarti con **le redazioni delle tue riviste preferite e gli ospiti, che ti aspettano a bordo** di ExpoExpress.

CALENDARIO

30/08 VENEZIA S. LUCIA
06/09 VERONA P. NUOVA
12/09 PADOVA
19/09 MILANO CENTRALE
01/10 GENOVA P. PRINCIPE
11/10 TRIESTE
17/10 ROMA TERMINI
24/10 TORINO P. NUOVA
14/11 BOLOGNA CENTRALE
21/11 FIRENZE S. M. NOVELLA
28/11 PISA CENTRALE
7/12 MILANO P. GARIBOLDI
12/12 NAPOLI CENTRALE



**CASA
EXPO**

MILANO 2015
1 MAGGIO - 31 OTTOBRE

Nella carrozza **Ca-
sa Expo**, potrai scopri-
re i contenuti e i valori di Expo Milano
2015: il tema "Nutrire il pianeta, Ener-
gia per la Vita", il sito espositivo, i pa-
diglioni e le aree tematiche, i Cluster,
l'impegno civile.

E ancora l'incontro, la cooperazione, la
biodiversità, le culture e la tecnologia
che caratterizzano l'esposizione uni-
versale. **Potrai anche incontrare Foo-
dy, la mascotte di Expo 2015.**



specialità dei Paesi di Expo Milano 2015. Sempre nella carrozza Food si ter-
ranno showcooking arricchiti da **consigli** sulla salute e il benessere in cucini
dei **nutrizionisti, dietologi ed esperti alimentari di Starbene.**

**FOOD
EXPO**

MILANO 2015
1 MAGGIO - 31 OTTOBRE

Nella carrozza **Food Expo**, po-
trai assistere ad emozionanti
showcooking a cura degli chef
di **Sale&Pepe**, grandi interpreti della ga-
stronomia italiana che si esibiranno al ban-
co cucina attrezzato con **elettrodomestici**
Bosch. Con loro potrai intraprendere un
suggestivo viaggio sensoriale attraverso i
sapori e le ricette del nostro territorio e le

**LIVE
EXPO**

MILANO 2015
1 MAGGIO - 31 OTTOBRE

Nella carrozza Live Expo con **Donna Moderna** incontrerai **nutrizionisti, pedagogisti e pediatri** pronti a darti
suggerimenti sui temi legati alla crescita dei bimbi. Non potrai mancare agli appuntamenti del progetto di **Don-
na Moderna Sogni Possibili** e conoscere i protagonisti di storie e sogni emozionanti diventati realtà. E in più
potrai **partecipare ai nostri casting** e farti bella grazie ai **consulenti di immagine BioNike.**

Le firme di **Grazia** ti aspetteranno per coinvolgerti in emozionanti incontri con
ospiti d'eccezione, che racconteranno il loro punto di vista sui valori di Expo
Milano 2015. Le storie e le ricette, il food e il fashion ti accompagneranno in
un viaggio alla scoperta del **mangiare bene, con stile.**

TuStyle raccoglierà le testimonianze, i pensieri e i volti delle lettrici che vor-
ranno condividere le loro riflessioni su lavoro, futuro, famiglia, amicizia. Non
perdere gli incontri con gli **specialisti del benessere** di **Starbene**, perché la
salute vien mangiando...bene. Il partner solidale di ExpoExpress è la **Lega del
Filo d'Oro**, che da 50 anni si occupa di assistere, riabilitare e reinserire nella
società le persone sordocieche.



**IN PIÙ, PORTACI LA TUA RICETTA PER LA VITA E DIVENTA ANCHE TU PROTAGONISTA
DI WE-WOMEN FOR EXPO. SEGUICI SU #unaricettaperlavita**

Segui tutte le anticipazioni e i reportage su

expo-express.info
#expoexpress
#unaricettaperlavita

Un evento
promosso da

GRAZIA

TUSTYLE

DONNA
MODERNA

Starbene

salepepe

In collaborazione con
Elettrodomestici



BOSCH



Make-Up

Si ringraziano:



Radio Partner



Partner Solidale



Sorpresaaa!

La tua pausa pranzo
avrà tutto un altro sapore.

Insal'Arte Pausa Pranzo Premium.

Le nostre foglie più raffinate
abbracciano nuovi ingredienti di qualità.



Rucola
con petali di bresaola
e scaglie di grana.

Lattughino verde e rosso, rucola,
spinacino, radicchio rosso
con pomodori secchi in olio d'oliva
e sfoglie croccanti.



Radicchio rosso,
indivia riccia, valerianella
con salmone all'olio di oliva
e sfoglie croccanti.



INSAL'ARTE

OrtoRomi

Scopri tutta la linea Pausa Pranzo su insalarte.net

UN PERSONAL CHEF A CASA TUA. ACQUISTA, GIOCA E VINCI SU INSALARTE.NET

Regolamento completo disponibile su insalarteconcorsi.it. Concorso a premi valido dal 7 agosto al 24 dicembre 2014. Valore montepremi complessivo 7.930,00 € (iva esclusa/inclusa n.sc.).



Uno chef, due cucine

È NOSTRO OSPITE ALESSANDRO DAL DEGAN, EXECUTIVE CHEF DE LA TANA DI ASIAGO E DEL PRESTIGIOSO RISTORANTE ARQUADE DI VILLA DEL QUAR NEL VERONESE

di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi

La Guida ai Ristoranti d'Italia dell'Espresso 2014 l'ha eletto "Giovane dell'Anno". Alessandro Dal Degan ha infatti da poco superato la soglia dei trent'anni, e ne dimostra ancora meno: un ragazzo di talento dai modi semplici e riservati, che sorride con gli occhi mentre nella nostra cucina farcisce la sfoglia con ciuffi di mascarpone freschissimo. "Al ristorante - dice - utilizzo crema di latte appena munto, perché anche se

amo accostare nuovi sapori, mi ispiro sempre ai prodotti del territorio". A chi ha definito la sua cucina "materica" risponde: "La materia prima c'è e io faccio di tutto per esaltarla". Lo stesso principio ispira i menu proposti all'Arquade, il ristorante di charme di Villa del Quar, dove è arrivato in un momento di grande ascesa della sua carriera, mettendo in gioco la sua brillante creatività e la voglia di sperimentare.



Tortelli di mascarpone con pomodorini, cipolla rossa e olive,

pag. 54

UNA CARRIERA AL TOP

Alessandro Dal Degan, diplomato alla Scuola alberghiera Buontalenti di Firenze, ha al suo attivo importanti esperienze presso ristoranti di prestigio come i Macchiaioli di Sesto Fiorentino, il Gallopapa di Castellina in Chianti, fino a diventare executive chef de "La Tana" di Asiago, dove è considerato il punto di riferimento d'eccellenza di questo territorio. Già membro de Le Jeunes Restaurateurs d'Europe è entrato a pieno titolo nella Guida dell'Espresso e attualmente è executive chef anche del ristorante Arquade, presso l'hotel "Villa del Quar" di Pedemonte (Vr): una nuova sfida per continuare a crescere.





2



1



3



4



5



6



7

TORTELLI DI MASCARPONE CON POMODORINI, CIPOLLA ROSSA E OLIVE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

per la pasta: 500 g di farina - 5 uova - sale -
per il ripieno: 250 g di mascarpone freschissimo
per il condimento: 1 cipolla rossa - 100 g di pomodori datterini - 30 g di olive della Valpolicella - 1 ciuffo di basilico - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 Preparate la pasta: raccogliete in una ciotola le uova, unite la farina e un pizzico di sale e impastate fino a ottenere una pasta liscia e omogenea; lasciatela riposare, coperta, per un paio d'ore in frigorifero. Nel frattempo cuocete la cipolla, intera e senza spellarla, in forno a 180° per 40 minuti.
- 2 Riprendete la pasta, dividetela in 3-4 parti e stendetela, con il matterello o l'apposita macchina a rulli, in sfoglie sottili.
- 3 Raccogliete il mascarpone in una ciotola, lavoratelo per renderlo cremoso, poi introducetelo in un sac à poche usa e getta.
- 4 Con un coppapasta rotondo ritagliate le sfoglie in dischetti di 4-5 cm, inumiditeli con acqua fredda e copriteli con pellicola per non farli seccare.
- 5 Fate scendere al centro di ogni dischetto un ciuffo di mascarpone.
- 6 Richiudete la pasta sul ripieno in modo da ottenere una mezzaluna. Girate poi le punte dei tortelli intorno alle dita e fissatele con una leggera pressione.
- 7 In una padella rosolate con un filo di olio i pomodorini tagliati a metà, quindi unite la cipolla tagliata a losanghe e le olive. Bagnate con poca acqua, salate e cuocete per alcuni minuti.
- 8 Cuocete i tortelli in abbondante acqua bollente salata per 4-5 minuti; scolateli con una schiumarola.
- 9 Trasferiteli nella padella con il condimento e fateli insaporire per qualche istante. Distribuiteli nei piatti, guarniteli con foglie di basilico e servite ben caldo.



8



9



TARTARE DI FILETTO CON SALSA DI PRUGNOLO, INSALATINE AMARE E PANE CROCCANTE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g di filetto di manzo (preferibilmente di razza Fassona) - olio extravergine d'oliva - senape di Digione in grani - sale di affioramento - salsa di soia - 120 g di composta di prugnolo selvatico - 60 g di vino rosso - pane tipo ciabatta raffermo - insalatine aromatiche amare

- **1** Sciogliete la composta di prugnolo selvatico in una padella con il vino rosso fino a raggiungere la consistenza di una salsa; conservatela tiepida.
- **2** Tagliate la carne prima a fette, poi a striscioline, quindi a cubetti: per meglio percepire il gusto e la consistenza della carne, questi non dovranno essere troppo piccoli e tantomeno tritati o macinati.
- **3** Emulsionate in una ciotola 4 cucchiaini di olio con qualche pizzico di sale, 1 cucchiaino di salsa di soia e 1/2 cucchiaino di senape.
- **4** Mescolate e preparate con il composto delle palline della dimensione di una noce.
- **5** Mondate le insalatine, lavatele, asciugatele bene e suddividete foglie e rametti. Distribuite nei piatti la salsa di prugnolo, le palline di carne e le foglie insalatine. Completate ogni piatto con 2 fettine sottilissime di pane che prima avrete fatto tostare per qualche minuto in forno per renderle croccanti.



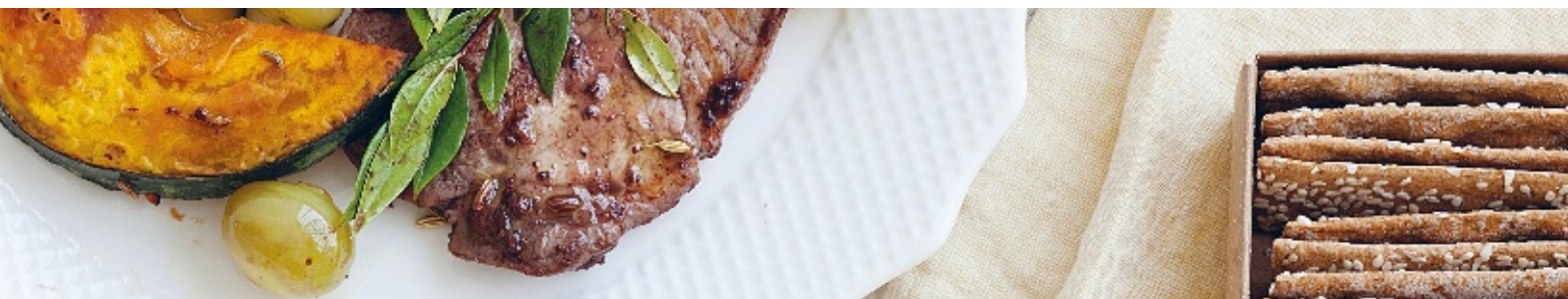


Irresistibili fettine

LE CARNI, BIANCHE
O ROSSE, SI TAGLIANO
SOTTILI, SI BATTONO
LEGGERMENTE E SI
PREPARANO IN RICETTE
DELIZIOSE, CON
COTTURE RAPIDE E
PRESENTAZIONI GARBATE

a cura di Francesca Romana Mezzadri,
ricette di Livia Sala, foto di Michele
Tabozzi, styling di Federica
Bianco di San Secondo, abbinamento ai
vini di Sandro Sangiorgi

Nella pagina accanto,
piatti Corrado Corradi,
tovaglioli Marina C.
Indirizzi a pagina 6



SCALOPPINE DI MAIALE AL VINO ROSSO CON ZUCCA E UVA

PER 4 PERSONE

600 g di fettine di lonza - 300 g di polpa di zucca già pulita -
160 g di acini di uva bianca - 1/2 bottiglia di vino rosso - 1 cucchiaino
di semi di finocchio - 1 spicchio d'aglio - 2 rametti di mirto - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe in grani

- **1** Pestate leggermente l'aglio nel mortaio con i semi di finocchio, qualche foglia di mirto e qualche grano di pepe. Cospargete le fettine di carne con questi aromi, copritele con il vino e lasciate marinare per mezz'ora al fresco.
- **2** Sgocciolate le fettine dalla marinata. Versate quest'ultima in un pentolino e fatela ridurre sulla fiamma dolce, finché avrà dimezzato il volume. Tagliate la zucca a fette di 1/2 cm di spessore.
- **3** Cuocete su una piastra ben calda la carne, la zucca e, per pochi istanti, anche agli acini di uva. Salate e pepate, condite con un filo d'olio, guarnite con ciuffetti del mirto rimasto e irrorate con la riduzione della marinata.

FACILE

- Preparazione 15 minuti + riposo ● Cottura 15 minuti
- 270 cal/porzione



CONTROFILETTO MARINATO ALLA PIASTRA, CON MELANZANE AL SESAMO

PER 4 PERSONE

4 fette di controfiletto di manzo - 2 scalogni - zenzero fresco - 1 cucchiaino di bacche di ginepro - 1 mazzetto di prezzemolo - 2 piccole melanzane - uno spicchio d'aglio - 1 cucchiaio di semi di sesamo - 1/2 limone non trattato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani

● **1** Tritate gli scalogni e raccoglieteli in una ciotolina con 1/2 cucchiaino di zenzero, pelato e grattugiato, le bacche di ginepro appena pestate e qualche grano di pepe. Coprite d'olio e lasciate insaporire per circa 1/2 ora.

● **2** Versate la marinata allo scalogno sulle fette di controfiletto e lasciatele insaporire per altri 30 minuti circa. Preparate una citronnette con 6 cucchiaini di olio, 2 cucchiaini di succo di limone, un pizzico della sua scorza grattugiata, sale, pepe e i semi di sesamo.

● **3** Tagliate le melanzane per il lungo a fette di 1 cm di spessore e cuocetele su una piastra ben calda. Sgocciolate le fette di carne dalla marinata e cuocete anch'esse sulla piastra. Salatele e servitele con le melanzane, irrorate con la citronnette, e il prezzemolo tritato.

FACILE

● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 15 minuti ● 350 cal/porzione



Piatto Corrado Corradi,
tovagliolo e tovaglia
Marina C., tagliere
Jannelli&Volpi Store.
Nella pagina accanto,
piatto Corrado Corradi,
tovagliolo Marina C.,
ciotola Rosenthal,
cucchiaino Sambonet.
Indirizzi a pagina 6



KEBAB DI CARNI MISTE CON INSALATA DI CIPOLLE ROSSE

PER 4 PERSONE

200 g di fettine di lombata di agnello - 200 g di fettine di tacchino - 200 g di fettine di vitello - 150 g di mandorle pelate - aceto bianco - 1 mazzetto di rucola - 2 cucchiaini di origano secco - 1 ciuffo di menta - 1 cucchiaino di semi di coriandolo - 1/2 cucchiaino di cannella in polvere - brodo - 1 cucchiaino di semi di cumino - 2 cipolle rosse - 4 pani pitta - olio extravergine - sale - pepe

- **1** Mettete le mandorle a bagno per 3 ore. In una terrina cospargete le fettine con metà origano, la cannella, la menta spezzettata, il coriandolo, il cumino, 2 cucchiaini di aceto e un filo d'olio. Coprite con pellicola e lasciate in frigo per 1 ora.
- **2** Sovrapponete le fettine, compattatele formando un panetto e legatele con spago da cucina. Infornate la carne a 200° per 1 ora, girandola di tanto in tanto e bagnando con poco brodo caldo. Pelate le cipolle, affettatele fini e mettetele a bagno in acqua fredda, cambiandola 1-2 volte. Scolate le mandorle e frullatele con 1 cucchiaino d'olio, un pizzico di origano rimasto, sale, pepe e poca acqua per ottenere una crema.
- **3** Togliete lo spago alla carne e tagliatela a striscioline. Servitela con le cipolle, scolate e condite con olio e sale, la rucola, il pane pitta e la crema di mandorle, se vi piace guarnita con mandorle non pelate tagliate a filetti.

FACILE

● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 60 minuti ● 530 cal/porzione



CROSTONI DI PANE CON VITELLONE E PUREA DI CANNELLINI

PER 4 PERSONE

400 g di fettine di vitellone - 150 g di fagioli cannellini secchi - 80 g di pomodorini ciliegia - 1 ciabattina di pane francese - 2 limoni non trattati - 2 dl di aceto bianco - 100 g di zucchero di canna - 1 rametto di origano fresco - 1 cucchiaino di semi di cumino - 1 foglia di alloro - 1 spicchio d'aglio - peperoncino in polvere - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Sciogliete lo zucchero in 1 dl d'acqua e unite l'aceto. Tagliate i limoni a fettine di 1/2 cm di spessore e copriteli con il miscuglio di aceto. Lasciateli riposare in frigorifero per 1 giorno. Mettete i fagioli a bagno per 12 ore in abbondante acqua.
- **2** Scolate i fagioli dall'ammollo e lessateli per circa 2 ore con l'alloro. Salateli, scolateli, lasciateli raffreddare, tenetene qualcuno intero per decorare e frullate gli altri con un filo d'olio, 1/2 spicchio d'aglio, qualche fogliolina di origano, un pizzico di peperoncino e poca acqua di cottura, se serve, per ottenere un composto cremoso.
- **3** Pestate l'aglio rimasto con i semi di cumino, scaldateli in una padella con un filo d'olio e rosolatevi le fettine. Tagliate il pane a metà per il lungo e poi in 8 trancetti, schiacciateli un po' e tostateli. Servite i crostoni con la crema di cannellini, la carne, i limoni sciacquati, i pomodorini a spicchi, i cannellini interi tenuti da parte, foglioline di origano, un pizzico di peperoncino e un filo d'olio.

FACILE

● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 130 minuti ● 535 cal/porzione

Tovaglia Marina C.,
piatto e ciotola Corrado
Corradi, cucchiaino
Sambonet. Nella pagina
accanto, piatto Corrado
Corradi, tovagliolo
Marina C., forchetta
Abito Qui, coltello
e tagliere Nella Longari,
salsiera Zara Home.
Indirizzi a pagina 6





ROTOLINI DI VITELLO E VERDURE CON SALSA DI ACCIUGHE

PER 4 PERSONE

300 g di fettine di vitello - 2 carotine novelle - 6 ravanelli - 1/2 costola di sedano - 2 fette di pancarré - 3 acciughe sotto sale - 1 spicchio d'aglio - 1/2 bicchiere di latte - insalatina per accompagnare - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Dissalate le acciughe sciacquandole sotto un filo di acqua corrente. Spinatole e frullatele con l'aglio, il pane privato della crosta, 1 cucchiaino d'olio, il latte e un pizzico di pepe. Tenete da parte la salsina in un recipiente coperto.
- **2** Raschiate le carote, mondate i ravanelli ed eliminate i filamenti del sedano; pulite le verdure, grattugiatele con la grattugia a fori grossi e distribuitele sulle fettine di vitello leggermente battute. Arrotolatele, formando gli involtini, e legateli con qualche giro di spago da cucina.
- **3** Scottate i rotolini in una padella, con un filo di olio, per colorirli su tutti i lati, poi trasferiteli nel forno già caldo a 180° e cuoceteli per una decina di minuti; regolate di sale. Eliminate lo spago dai rotolini, affettate gli involtini a trancetti e serviteli con la salsa di acciughe e una macinata di pepe, accompagnando con l'insalatina.

FACILE

● Preparazione 25 minuti ● Cottura 15 minuti ● 200 cal/porzione

BERE GIUSTO

Le scaloppine di maiale hanno un'intonazione dolce e chiedono al generoso Sangiovese di Romagna il compito di contrastare i sapori con moderazione. Il Cirò Rosso non interferisce con la marinatura e si concentra sulla carnosità di controfiletto e melanzane. La stratificazione del kebab è meno complessa di quel che appaia e apre a un sanguigno Nero d'Avola da servire a 14°. La cauta e accogliente Garganega possiede un retrogusto amaricante che non disturba la varietà odorosa dei crostoni con vitellone. L'equilibrio tra sedano, carote e acciughe dei rotolini consente l'uso di un elegante Gavi di Tassarolo, bianco adeguato alla tenerezza dei rotolini.

Il finocchietto

SULLA CARNE, SUL PESCE, NELLE
INSALATE, NEI LIQUORI... IL SUO
AROMA LASCIA OVUNQUE
UNA TRACCIA INCONFONDIBILE
E PREZIOSA

a cura di Alessandro Gnocchi, testi di Mariarosa
Schiasfino, ricette di Claudia Compagni, styling di
Stefania Aledi, foto di Felice Scoccimarro/Alkemia

A Genova, per festeggiare la nascita di un bambino, si offrivano tradizionalmente confettini minuscoli, rosa o azzurri, dove lo zucchero ricopriva, anziché la classica mandorla, un semino di finocchio. In bocca, sciolta la copertura dolce, l'aroma si sprigionava intenso e delizioso. Erano dedicati in particolare alla mamma che allattava perché il finocchietto combatte l'aerofagia e previene la formazione di coliche gassose nei neonati. Confetti simili in Sicilia sono detti cimini e proprio in Sicilia si utilizza il finocchietto in cucina per diversi piatti. Il più famoso è la pasta con le sarde, dove è d'obbligo. Si mette anche nel purè di fave secche o maccu, dove sta benissimo.

> segue a pag. 65



**Orecchiette fredde
con pesto e mandorle**
pag. 64

Piano Laminam, tessuto
Silva Tessuti, piatto Caterina
von Weiss, tavolino 100Fa.
Indirizzi pagina 6

ORECCHIETTE FREDDIE CON PESTO E MANDORLE

PER 4 PERSONE

500 g di orecchiette fresche -
1 mazzetto di finocchietto - 80 g di
mandorle - 1 cucchiaino di capperi
sotto sale - 1 spicchio d'aglio - 1
peperoncino fresco piccante
- 4 filetti di acciuga sott'olio
- 2 pomodori Merinda - olio
extravergine d'oliva - sale grosso

● **1** Mettete a bagno i capperi in
una ciotola con acqua calda per 20
minuti, scolateli e sciacquateli sotto
l'acqua corrente. Portate a ebollizione
abbondante acqua in una pentola,
unite una presa di sale grosso e il
finocchietto e cuocetelo per 10 minuti.

● **2** Togliete il finocchietto dall'acqua
mettete a cuocere le orecchiette
nell'acqua in ebollizione. Intanto,
strizzate il finocchietto e frullatelo nel
mixer con le mandorle, 5-6 cucchiaini di
olio extravergine d'oliva, il peperoncino
mondato, privato di semi, dei filamenti
e della punta, lo spicchio d'aglio
sbucciato e privato dell'anima centrale,
i capperi e i filetti di acciuga.

● **3** Togliete dal fuoco la pasta quando
è ancora al dente, scolatela
e raffreddatela sotto l'acqua corrente;
conditela con il pesto preparato, unite i
pomodori lavati, mondati e tagliati
a fettine sottilissime e servite.

FACILISSIMA

● Preparazione 10 minuti
● Cottura 30 minuti ● 510 cal/porzione

ermetica, versatevi l'alcool, tappate
il barattolo e lasciatelo in infusione
per almeno 10 giorni, scuotendo il
barattolo di tanto in tanto.

● **2** Versate 3,5 dl di acqua in una
casseruola, unite lo zucchero
e portate a ebollizione. Cuocete
lo sciroppo per 2 minuti, spegnete
il fuoco e lasciatelo raffreddare.

● **3** Filtrate l'alcool infuso,
mescolatelo con lo sciroppo,
travasate tutto in una bottiglia
da liquore e lasciate riposare al buio
per un mese. Servite il liquore freddo
con il sorbetto di limone.

FACILISSIMA

● Preparazione 30 minuti + riposo
● Cottura 2 minuti ● 290 cal/porzione

BRANDADE DI MERLUZZO CON POMODORI PIZZUTELLI

PER 4 PERSONE

400 g di filetti di merluzzo
sceltissimo - 30 g di finocchietto
selvatico - 1 spicchio d'aglio -
12 pomodori pizzutelli -
1 cucchiaino di pinoli - 1 costola
di sedano - 1 bicchiere di vino
bianco - 1 cipollotto - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Tagliate il sedano a tocchetti
e riunitelo in una casseruola con il
cipollotto mondato e tagliato a pezzi,
il vino, 1 litro di acqua, i gambi di
finocchietto e portate a ebollizione.

● **2** Dopo 5 minuti unite i filetti di
merluzzo, abbassate la fiamma al
minimo, coprite la casseruola con
un coperchio e continuate a cuocere
il pesce per 5 minuti. Poi, lasciatelo
intiepidire e scolatelo.

● **3** Trasferite il pesce nel mixer,
unitevi 1/2 dl d'olio, una presa di sale,
l'aglio sbucciato e privato dell'anima
centrale, una generosa macinata di
pepe, le foglie di finocchietto tritate
grossolanamente e frullate.

● **4** Lavate i pomodorini, tagliateli
a metà nel senso della lunghezza,
svuotateli dai semi e farciteli con la
brandade di merluzzo. Decorate con
i pinoli leggermente tostati e servite.

FACILE

● Preparazione 20 minuti
● Cottura 10 minuti ● 205 cal/porzione

LIQUORE AL FINOCCHIETTO CON SORBETTO AL LIMONE

PER 1 LITRO

300 g di finocchietto selvatico
- 1/2 l di alcool a 95° - 350 g di
zucchero - sorbetto di limone
per servire

● **1** Lavate il finocchietto in acqua
fredda, sgrondatelo e stendetelo ad
asciugare su canovacci da cucina.
Trasferitelo in un barattolo a chiusura

Liquore al finocchietto



Brandade di
merluzzo con
pomodori
pizzutelli



Piano Laminam, tovagliolo
Le Jacquard Français,
piatto e ciotolina
Caterina von Weiss.
Nell'altra pagina, piano e
parete Laminam, coppa Lisa,
bottiglia Ichendorf Milano
Indirizzi pagina 6

> segue da pag. 63

Il *Foeniculum vulgare*, pianta tipicamente mediterranea, allo stato selvatico si trova spesso sui bordi delle strade. Stelo erbaceo scanalato, foglie fini e piumose, fiorellini gialli a ombrelle che diventano piccoli frutti ovali, detti impropriamente semi, che a maturazione si seccano. Naturalmente, questa pianta viene anche coltivata.

Qualche foglia fresca e giovani getti, dall'aroma non troppo spiccato, possono entrare nelle insalate miste, dare note brillanti a piatti di pesce, soprattutto quello azzurro, a carni bianche, salse, marinate, aceti. Nel Sud gli steli si immergono nella

salamoia delle olive cui danno un gusto inconfondibile. Ma sono i semi, i più diffusi. Entrano nella pasta delle salsicce e in genere sono perfetti con la carne di maiale, dalla porchetta alle bracioline. Ma rendono uniche anche le zuppe di pesce, per esempio la celebre bouillabaisse, e le grigliate. Attenzione, però: usateli con moderazione perché hanno carattere deciso. Altro utilizzo antico è metterne una manciata nell'acqua di bollitura delle castagne.

Se volete il "vostro" finocchietto potete coltivarlo in giardino o nell'orto, ma non in vaso, perché ha bisogno di spazio.

Il coniglio italiano non può attendere

NON ASPETTARE UNA FESTA. LE SUE CARNI MAGRE E RICCHE DI PROTEINE SONO PERFETTE TUTTI I GIORNI, SORPRENDENTI ANCHE IN PREPARAZIONI VELOCI

Cosa sai del coniglio italiano?

- È una carne di alta qualità. Vero! Grazie alla legislazione severa in materia.
- Va bene solo in inverno. Falso! Così leggero e ricco di potassio, è perfetto anche in estate.
- Si digerisce facilmente. Vero! Perché di carne magra e tenera.
- Non è adatto per la dieta. Falso! È ricco di proteine, con solo 1,2% di grassi.
- È economico. Vero! Perché vale più di quel che spendi.
- Si cucina in tempi lunghi. Falso! A bocconcini si prepara anche in 10 minuti.

LOMBO DI CONIGLIO ITALIANO FARCITO ALLE MELE

PER 8 PERSONE

4 lombate di coniglio italiano - olio extra vergine d'oliva - 16 fette di pancetta di maiale - 1 limone non trattato - 2 mele golden mature - 1 cipolla - rosmarino - salvia - vino bianco - sale - pepe - spago da cucina

1 • Metti i lombi di coniglio sul tagliere e incidi più volte la parte centrale della carne, per aprirla leggermente e pareggiare lo spessore con la parte bassa più elastica; cospargi con sale e pepe. Trita le foglie di salvia e gli aghi di

rosmarino e cospargine $\frac{3}{4}$ sulla carne preparata. 2 • Lava le mele e tagliale a dadini senza sbucciarle; aggiungi il sale, una macinata di pepe e il trito di erbe e spruzza con il succo del limone. Farcisci i lombi con metà dei dadini di

mele conditi e arrotolali su se stessi, quindi avvolgi ogni rotolo con 4 fettine di pancetta e legali con un giro di spago. 3 • Affetta la cipolla, falla stufare in una padella larga con 2-3 cucchiari d'olio e tienila da parte. Rosola i lombi farciti nel

fondo di cottura della cipolla a fiamma vivace, girandoli da ogni parte, versa il vino e fallo evaporare. Unisci la cipolla e i dadini di mela rimasti e prosegui la cottura per altri 5-6 minuti. Rifornisci con la scorza del limone grattugiata.

Taglia & affetta con fantasia

NASTRI E SPIRALI PER COROLLE COMMESTIBILI. E ANCORA RONDELLE, SPICCHI E CUBETTI VEG IN UN BATTER D'OCCHIO

a cura di Monica Pilotto, servizio di Patrizia Cantoni, testo di Fiammetta Bonazzi, foto Marco Azzoni/MDA

Sembra che già nella seconda metà dell'Ottocento sia stato uno chef francese, a nome Julien, a inventare un consommé arricchito da verdure tagliate a forma di fiammifero con il coltello: un unico utensile, ben affilato, da maneggiare con abilità per ridurre in pezzi minuti il cibo. Col tempo le esigenze della haute cuisine hanno suggerito la creazione di tanti piccoli attrezzi per affettare gli alimenti velocemente e con più precisione, destinati ai cuochi professionisti ma anche alla padrona di casa più esigente.

> segue a pag. 68

- **1** Per svuotare e poi farcire frutta e verdura (Le Petit Farceur di Paderno, 17,50 €).
 - **2** Con il temperino per carote si creano delicate corolle (Tescoma, 6,40 €).
 - **3** Di design lo sbuccia arance in acciaio inox (Apostrophe di Alessi, 19 €).
 - **4** Coltellini con scanalature decora-frutta (Paderno, set 4 pz., 13,90 €).
 - **5** Indistruttibile l'utensile in Cromargan: acciaio inox 18/10 (WMF, 17,95 €).
 - **6** Fette regolari con il distanziatore in inox nickel free (Fetteperfette di Ipac, 8,40 €).
 - **7** Spilucchino a serramanico con lama in ceramica (Tucano di Brandani, 8,50 €).
 - **8** Estrae la polpa a ricciolo l'attrezzo in acciaio (Ipac, 3,50 €).
 - **9** Riga limoni in acciaio inox (Sambonet, 11,50 €).
 - **10** Cucchiaino per decorare con salse dolci e salate (Spoon Decor di Silikomart, 2 pz. 19,90 €).
 - **11** Intagli perfetti con il coltello a lama triangolare (Triangle, 8 €).
 - **12** Scavino doppio (Victorinox, 14,10 €).
 - **13** Taglia e svuota i peperoni (Tescoma, 4,90 €).
- Indirizzi a pagina 6



> segue da pag. 67

Per dimezzare ulteriormente tempo e fatica, oggi si moltiplicano i gadget intagliatori per frutta e ortaggi, da usare per ottenere impalpabili lamelle che rendono le frittiture più croccanti o per aumentare il volume e l'indice di sazietà di insalate e macedonie. Spesso un unico strumento riunisce in sé diverse funzioni, con lame specifiche in acciaio o ceramica per mele e pesche, mango e pomodori. Un consiglio: per ottenere rondelle, spicchi e cubetti, occorre che l'alimento non sia troppo maturo e abbia una buccia soda e compatta. Non mancano poi gli accessori per ottenere fette calibrate da ananas e melone, i tempera verdure, i coltellini con le lame sagomate in forme geometriche o floreali e gli speluc-

chini con cui ricavare da carote e agrumi (rigorosamente biologici) lunghe strisce di scorza sottile da trasformare in corolle commestibili. E se l'estate è la stagione delle verdure ripiene, in cucina ci vuole per forza uno scavino: indispensabile attrezzo che con un unico gesto consente di svuotare zucchine, cipolle e peperoni, eliminando all'occorrenza i semi e – quando serve – le parti bianche più amare senza ricorrere a cucchiari e taglierini. Dando libero sfogo alla fantasia e salvando i polpastrelli.

- 1 Taglia il melone in 12 fette ed elimina tutti i semi (Westmark, 19,70 €).
 - 2 Ananas a fette, senza scorza e senza centro, in un solo gesto (Sambonet, 37,50 €).
 - 3 In versione pop il taglia ananas bicolore (Brandani, 23,80 €).
 - 4 Spella le mele in un batter d'occhio l'attrezzo in Abs (Paderno, 21,90 €).
 - 5 Fette uguali tra loro con il taglia mango in acciaio inox e Abs (Sambonet, 27,90 €).
 - 6 Set per affettare frutta e verdura: verde per le mele, giallo per i manghi, arancione per le pesche e rosso per i pomodori. Tutti impilabili in un pratico contenitore (Handy di Tescoma, 24,90 €).
 - 7 Frutta e ortaggi tagliate a spirale in uno o più nastri. Basta inserirli nel contenitore e girare la manovella (Spiralfix di Gefu, 41,60 €).
- Indirizzi a pagina 6



Fratelli di mare.

Due prodotti, la stessa passione.



San Cusumano e Auriga portano a tavola
il gusto del tonno lavorato in SICILIA secondo tradizione:
buono, nutriente, leggero!



*il Buono
del Mare*



Piano De Castelli.
Indirizzi a pagina 6

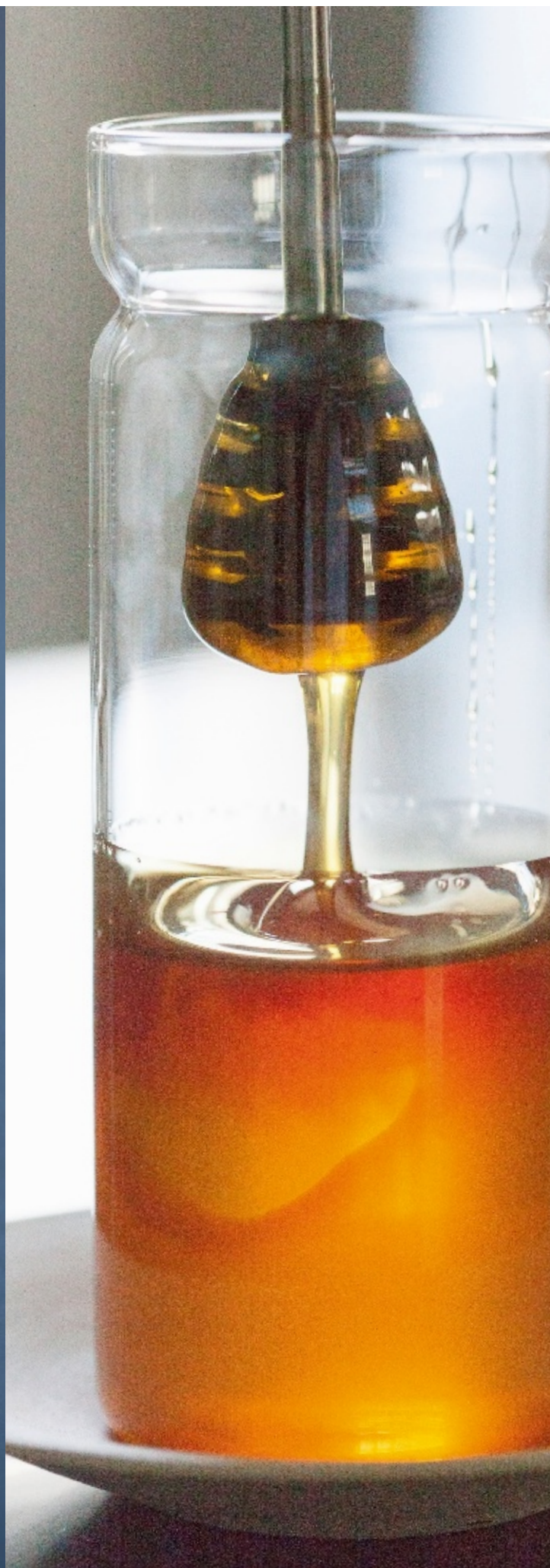
Miele

UN FILO DORATO DI DOLCEZZA
PERFETTO SUI DESSERT.
MA, GRAZIE AI SUOI PREZIOSI
AROMI, ESALTA ANCHE CARNE,
SALSE E MARINATURE

a cura di Alessandro Gnocchi, testi di Mariarosa
Schiaffino, ricette di Alessandra Avallone,
foto di Adriano Brusafferri,
styling di Alessandro Pasinelli Studio.
Si ringrazia Azienda agricola biologica "Terre di mezzo"

Dolce, aromatico, squisito. Vivo, genuino e già pronto in natura. Basterebbero queste virtù a renderlo prezioso, ma sono i suoi contenuti (zuccheri semplici come il fruttosio e il glucosio, vitamine, sali minerali, enzimi) a farne un formidabile concentrato di energia, un prodotto perfetto per la salute oltre che per il piacere del palato. Gli antichi credevano che avesse origini magiche, gli Egizi addirittura che fosse fatto dalle lacrime del dio Ra... In effetti c'è nel miele qualcosa di misterioso che lo rende unico. "Qualunque cosa sia questa sostanza" scrisse uno storico latino "la dolcezza stessa del cielo o l'umore secreto dalle stelle, certo è che ci giunge come nettare purissimo". Dopo millenni di ipotesi spesso fantasiose e di studi accaniti, il mondo delle api è stato svelato, eppure non si conoscono con esattezza tutti gli elementi che compongono il più delizioso prodotto dell'alveare.

> segue a pag. 73





PANE ALLA CRUSCA E GRUYÈRE

PER 8 PERSONE

125 g di "all bran" (bastoncini di crusca per la colazione) -
125 g di farina - 2,5 dl di latte -
1 uovo - 1/2 bustina di lievito per dolci - 4 cucchiaini di miele millefiori - 2 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva - 100 g di gruyère - sale - pepe in grani

- **1** Verste il latte sui bastoncini di crusca e lasciate che lo assorbano per 3 minuti. Incorporate l'olio extravergine d'oliva, il miele, l'uovo battuto e la farina mescolata con il lievito.
- **2** Grattugiate il formaggio, unitelo al composto mescolando bene, regolate di sale e insaporite con una buona macinata di pepe. Rivestite di carta da forno bagnata e strizzata uno stampo rettangolare da plum cake e riempitelo con la preparazione.
- **3** Cuocete in forno a 190° per 45 minuti; fate raffreddare e affettate. Potete servire con formaggio fresco e miele, oppure con affettati.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 45 minuti ● 195 cal/porzione

> segue da pag. 71

Scegliere quello giusto

Per lunghi secoli è stato il dolcificante per eccellenza, simbolo del sapore più gradito, il dolce. Poi ha dovuto cedere il primato allo zucchero, più economico e pratico. Ma resta un ingrediente classico nella pasticceria, una presenza d'obbligo nella prima colazione e, oggi, eccolo entrare da protagonista in cucina, dove si accorda benissimo al salato e offre possibilità straordinarie.

Però bisogna scegliere con sapienza, perché non esistono due mieli uguali e, come si vede nelle ricette proposte in queste pagine, ogni preparazione esige quello giusto. Si va

dalla dolcezza esasperata dell'acacia all'amaro deciso del corbezzolo o al sentore pungente del castagno, con una gamma infinita di sapori intermedi. Le caratteristiche dipendono dal clima, dall'ambiente, dall'umidità, ma soprattutto dai fiori e dalle sostanze zuccherine che le api bottinano, cioè suggono, durante i loro voli instancabili. In primavera sui prati fioriti di trifoglio e sui tigli inebrianti, in estate sui campi arroventati di orgogliosi girasoli, milioni di api succhiano il nettare e lo trasformano in miele deponendolo nelle cellette dell'alveare: ci vogliono cinquantamila voli di quelle piccole ali per fare un solo chilo di miele.

> segue a pag. 76

TORTINE EBRAICHE

PER 12 TORTINE

240 g di farina - 80 g zucchero - 220 g di miele millefiori o ai fiori d'arancio - 1 cucchiaino di zenzero in polvere - 2 cucchiaini di cannella in polvere - 1 cucchiaino di pepe garofanato in polvere - 1 cucchiaino di bicarbonato - 0,6 dl di d'olio extravergine d'oliva - 3 uova - 0,6 dl di succo di mela - 1 cucchiaio di zucchero a velo

- 1 Mescolate nella brocca del mixer la farina, il bicarbonato, le 3 spezie e lo zucchero, poi mixate per circa 30 secondi.
- 2 Aggiungete le uova sbattute, l'olio, il succo di mela e il miele. Lavorate il composto finché risulta liscio e gonfio.
- 3 Versate il composto in stampi multipli di silicone a forma di foglie (o altre forme a vostro piacere). Cuocete in forno a 190° per 20-25 minuti. Aspettate 5 minuti prima di sformarli. Spolverizzate con zucchero a velo prima di servire.

FACILE

- Preparazione 20 minuti ● Cottura 25 minuti ● 210 cal/tortina



Piano De Castelli, tessuto C&C Milano, piatto Legnoart, ciotolina in vendita da Chantal Delorme. Nell'altra pagina, fondo De Castelli, vassoio Legnoart. Indirizzi a pagina 6

CROSTONI AL FORMAGGIO

PER 8 CROSTONI MEDI

200 g di toma di montagna stagionata (oppure di gruyère) - 2 cucchiaini di miele di castagno - 1 cucchiaino di farina - 1 uovo - 0,7 dl di vino bianco - 8 fette di pane casereccio - pepe in grani

- **1** Grattugiate il formaggio e raccoglietelo in una ciotola, aggiungete il miele, mescolate, poi incorporate la farina e l'uovo sbattuto. Aggiungete il vino, poco alla volta, facendolo assorbire dall'impasto e mescolando continuamente.
- **2** Coprite il composto, trasferitelo in frigorifero e lasciatelo riposare per alcune ore (meglio se tutta la notte).
- **3** Scaldate il grill, tostate leggermente le fette di pane sui due lati. Spalmatele generosamente con la crema di formaggio e miele e posizionatele al centro del forno. Gratinatele finché risultano ben dorate. Servite subito con una macinata di pepe. Se vi piace, guarnite con un filo di miele.

FACILE

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 5 minuti ● 380 cal/porzione

Piano De Castelli, piatto
Enrica Negri Ceramiche,
tessuto Silva Tessuti,
bicchiere Bormioli Rocco.
dosamiele Wmf.
Indirizzi a pagina 6





SPIEDINI DI VITELLO, PRUGNE CON HUMMUS DI ZUCCHINE E PINOLI

PER 4 PERSONE

300 g di noce di vitello - 4 prugne mature ma sode - 2 cucchiaini di miele di acacia - 4 cucchiaini di senape di Digione - 1 bicchiere di vino bianco secco - 100 g di ceci lessati e sbucciati - 2 zucchine - 50 g di pinoli - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani

- **1** Tagliate a fette le zucchine, cuocetele a vapore e, quando sono tenere, trasferitele nel mixer con i ceci, i pinoli e 2 cucchiaini d'acqua. Mixate fino a ottenere una crema omogenea, poi versatevi a filo 1 cucchiaino d'olio con l'apparecchio ancora in funzione, regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.
- **2** Tagliate la carne a dadi. In una ciotola, mescolate la senape e il miele. Cospargete la carne con metà della salsa appena preparata e massaggiatela per condirla uniformemente. Salate, condite con 2 cucchiaini d'olio e lasciate marinare in frigorifero per un'ora. Tagliate a metà le prugne, denocciolatele e dividetele in quarti.
- **3** Infilate la carne sugli spiedini alternandola con gli spicchi di prugna. Scaldate una larga padella antiaderente e cuocetevi gli spiedini con un filo d'olio, facendoli dorare su tutti i lati rapidamente; abbassate la fiamma e lasciate cuocere ancora 5 minuti rigirandoli un paio di volte.
- **4** Trasferite gli spiedini in un piatto e teneteli in caldo. Versate il vino bianco nella padella e staccate il fondo di cottura, poi aggiungete la salsa di senape al miele rimasta. Mescolate e fate addensare il condimento. Servite gli spiedini con l'hummus di zucchine, nappado con il sugo appena preparato

FACILE

● Preparazione 20 minuti + la marinatura ● Cottura 10 minuti ● 315 cal/porzione

TRADIZIONE ABRUZZESE

Il 27 e 28 settembre, a Tornareccio (CH), capitale abruzzese del miele, si celebra il capolavoro dell'alveare. Peppino Tinari, patron del ristorante stellato Villa Maiella è tra i sostenitori dell'iniziativa.

Perché promuovere questo prodotto?

Perché è un ingrediente straordinario non solo come dolcificante, ma come ingrediente di cucina. Per esempio, lo uso nel "Cosciotto di maialino nero alle erbe aromatiche e miele di montagna", che è un po' la mia bandiera...

Quali mieli preferisce?

Quello di acacia, perfetto per dolci e gelati, quello di castagno, ottimo per le carni, e il millefiori, specie quello di montagna, che è come un "calco", una sintesi di tutte le specie botaniche del posto di provenienza.

Ci dia un' idea di utilizzo in cucina

Ecco una salsa da abbinare ai formaggi o nella marinata delle carni: si taglia una cipolla rossa a julienne, si fa appassire in padella con il burro, poi si sfuma con il vino rosso, si aggiunge il miele e si fa cuocere alcuni minuti. Si serve fredda. Con gli erborinati è il massimo.



TIRAMISU AI FICHI

PER 4 PERSONE

8 fichi - 4 savoiardi - 250 g di mascarpone - 2 albumi - miele di tiglio o lavanda - 2 cucchiaini di vino passito - 1 cucchiaino di grappa - 2 cucchiaini di mandorle sfilizzate

- **1** Lavate i fichi, tagliateli in 4 spicchi e sistemateli in una casseruola dai bordi bassi. Stemperate il miele con il vino passito e 2 cucchiaini d'acqua, versate il composto sui fichi, coprite, cuocete per 3 minuti, poi trasferite tutto in un piatto.
- **2** In una padella, fate tostare le mandorle e tenetele da parte. Lavorate il mascarpone con 1 cucchiaino di miele e aggiungete la grappa. Montate gli albumi, quando sono ancora morbidi uniteli al mascarpone con una spatola flessibile per non smontarli.
- **3** Bagnate i biscotti nello sciroppo di cottura dei fichi e sistematene 1 sul fondo di ogni coppa. Aggiungete 1 cucchiaino della crema preparata su ogni biscotto, aggiungete i fichi (tenendo da parte 4 spicchi) e coprite con la crema rimasta. Decorate ogni coppa con 1 degli spicchi di fico rimasti, le mandorle tostate e un giro di miele. Fate raffreddare in frigo e servite.

FACILE

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 5 minuti ● 425 cal/porzione

Tagliere Legnoart, calici Inchendorf, cucchiaino in vendita da Chantal Delorme. Nell'altra pagina fondo De Castelli, piatto Enrica Negri Ceramiche, bicchiere Bormioli Rocco, tovagliolo Serax. Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 73

Preziosi accostamenti

Esistono mieli rari, come quello di mosto, prodotto da api attratte dai residui delle vendemmie. O quello siciliano di fiori di cactus. Rarissimo quello di melata, sostanza zuccherina prodotta dalle foglie e cortecce di alcuni alberi di cui le api sono ghiotte. Comune invece il miele di acacia: chiaro, limpido, trasparente, è ideale con il tè o il latte e attenua il tono piccante di salse come la senape. Simile il miele di tiglio: ottimo un infuso di foglie e fiori della "sua" pianta, ma anche per impreziosire dolci come i tiramisù. Il miele di castagno, liquido e bruno, sta benissimo con il pane integrale imburrito, ma affronta pure formaggi saporiti

come il gruyere dei nostri crostoni. Il miele di erica, colore ambrato e cristalli fini, dolce ma non troppo, è un'assoluta delizia. Quello di lavanda, chiaro e compatto come quello di trifoglio, è adatto a chi non ama la consistenza vischiosa; cristallizza rapidamente e si presenta solido. Il miele di timo, ambrato, liquido e trasparente, con limone e acqua dà una impagabile bevanda dissetante; si accorda ai formaggi caprini morbidi e freschi, ma è perfetto anche col gorgonzola. Oggi si torna a utilizzare questo ingrediente nei piatti salati per ottenere inediti accordi agrodolci; sulla carne arrosto o sugli spiedini, per esempio, una copertura di miele, toglie il grasso pur dando morbidezza. Squisito.

BISCOTTI FARCITI AI FRUTTI DI BOSCO

PER 14 BISCOTTI GRANDI

150 g di farina di grano tenero "00" - 100 g farina di segale - 50 g di zucchero - 2 uova - 80 g di panna - 1 cucchiaino colmo di bicarbonato - 1 pizzico di sale - 250 g di lamponi freschi - 6 cucchiai di miele di agrumi - sale

- **1** Mescolate i due tipi di farina con il bicarbonato, unite lo zucchero e il sale, amalgamate, poi aggiungete le uova e la panna. Lavorate l'impasto fino a quando è omogeneo, formate un panetto, avvolgetelo nella pellicola e lasciatelo riposare in frigorifero almeno per 1 ora.
- **2** In una piccola padella cuocete i lamponi con 3 cucchiai di miele, mescolando fino a quando si sono disfatti e il composto si è addensato. Passate la purea attraverso un setaccio sottile per eliminare i semi, lasciatela raffreddare e aggiungete il miele rimasto.
- **3** Stendete la pasta mettendola tra due fogli di pellicola perché è piuttosto morbida; con un coppapasta infarinato, ritagliatevi dei dischi; tirateli con il mattarello per renderli ovali e farciteli con un cucchiaino di miele ai lamponi. Chiudete i biscotti a metà sigillando i bordi con un velo di acqua, trasferiteli in una teglia rivestita con carta da forno e cuoceteli in forno a 180° per 12 minuti circa.

MEDIA

- Preparazione 1 ora ● Cottura 00 minuti ● 125 cal/porzione



ECCELLENZA ITALIANA

Nata nel 2001, "Le Città del Miele" è un'associazione che promuove il questo prodotto puntando sull'eccellenza italiana. Lo spiega la coordinatrice Serenella Mortani

Come opera l'associazione?

Lavoriamo per collegare i tanti tipi miele ai loro territori d'origine: l'Italia, infatti, è l'unico Paese al mondo a vantare oltre sessanta diverse tipologie di prodotto, alcuni dei quali unici. L'elenco completo è sul nostro sito www.cittadelmiele.it.

Quali sono le vostre attività?

A sostegno dell'identità territoriale dei mieli italiani abbiamo ideato il Premio "Il miele del Sindaco" che gratifica quel miele d'annata che porta con sé i valori del suo territorio d'origine. Il miele come "cibo" lo promuoviamo attraverso il sito www.ilmieleincucina.it e il concorso annuale "Il miele in cucina". Infine, sul territorio sono importanti iniziative come "Le Strade del Miele", i "Ristoranti del Buon Miele" e l'agenda annuale degli appuntamenti delle "Città del Miele".

Perché scegliere miele italiano?

I mieli italiani vantano un'indiscussa leadership a livello mondiale, per le tante tipologie e per la qualità, garantita dalle rigorose leggi italiane del settore. Scegliere i mieli italiani dunque è la conferma di quel valore del Made in Italy alimentare che il mondo ci riconosce.



XVI FESTIVAL NAZIONALE DEI PRIMI PIATTI

I PRIMI D'ITALIA, IL FESTIVAL TUTTO DA GUSTARE



FOLIGNO CENTRO
STORICO
25/28 SETTEMBRE

CIRCUITI DI DEGUSTAZIONE / LABORATORI DEL GUSTO / EVENTI SPECIALI
AD INGRESSO LIBERO / MOSTRE & MERCATI / FOOD EXPERIENCE 3.0
FOOD FASHION / SCULTURE E GIOIELLI DI PASTA / FOOD ART
BON TON A TAVOLA / BOUTIQUE DELLA PASTA / ECCELLENZE DEL GUSTO



VILLAGGI DEL GUSTO

Un circuito di degustazioni continuative
in sedici prestigiose location nel centro
storico. Degustazioni a € 2,50 e menu
di primi a € 7,50



I PRIMI D'ITALIA JUNIOR

Il Festival a misura di bambino, tra gioco
e didattica. Mini corsi di cucina per
diventare chef per un giorno.



MASTER IN PRIMI PIATTI

Corsi di alta cucina con i grandi chef
Cristina Bowerman - Glass Hostaria, Roma;
Sandro Serva - La Trota, Rivodutri (RI).



CUCINA, CORSI & PERCORSI

Appuntamenti degustativi e cooking show
con noti chef, food blogger e testimonial
d'eccezione, (Simone Rugiati, Tessa Gelisio,
Anna Moroni, MonnyB). Ingresso libero.



SPORT & BENESSERE

Per una dieta ricca di salute.
Pasta party e mezza maratona dei primi
by Atletica Winner Domenica 28 Settembre.



I PRIMI D'ITALIA GLUTEN FREE

Degustazioni di prodotti senza glutine,
tra gusto e salute. Pasta e Gnocchi
senza glutine, Riso, Polenta.



I PRIMI D'ITALIA 3.0

Caccia al Gusto. La prima caccia
al tesoro dinamica e interattiva
all'interno delle location del festival.
Accumula i punti e vinci.



UNIVERSITÀ DELLA PASTA

I segreti della buona pasta.
A lezione di primi e storie di pasta,
per conoscere e riconoscere la qualità.



INFORMAZIONI E PROGRAMMA:

EPTA / CONFCOMMERCIO
Tel. 075.5005577 - www.eptaeventi.it



PRENOTAZIONI ALBERGHIERE: UMBRIA SI
Tel. 075.5058792 - www.umbriasi.it



AREA SOSTA CAMPER
www.camperclubfoligno.net
Info: 331 3724322

i primi
d'ITALIA®
www.iprimiditalia.it

Partner



Patrocini



Radio Ufficiale — Official Car —





LA GREG

Da studentessa ne ha consumato interi barattoli e ora, da moglie e mamma, Silvia usa spesso il miele come alternativa naturale allo zucchero. In realtà su lagreg.wordpress.com, dove è La Greg, lo abbina anche a piatti salati come ghiotte piadine con pomodori e formaggio.



SIULA GOLOSA

Colazione sfiziosa e in relax? Gabry (siulagolosa.blogspot.it) non ha dubbi: il composto per i pancake si prepara la sera e la mattina non si deve fare altro che cuocere in padella e completare con una bella colata di miele.

Dolcissimo net.tare

IN RETE IL MIELE È MOLTO AMATO. DA USARE INVECE DELLO ZUCCHERO, MA ANCHE IN SFIZIOSE RICETTE SALATE

di Barbara Roncarolo



BoscoParrasio
pastry lab & fancy tarts



BOSCO PARRASIO

Scultrice per passione e digital designer di mestiere, Cristina sul suo boscoparrasio.pastrylab.blogspot.it si concentra sulle ricette dolci, esprimendo una creatività golosa, fatta di tante idee originali, illustrazioni e appetitose preparazioni.

TIMO E BASILICO

Laura usa il miele soprattutto nelle ricette salate, per condimenti, salse, marinature e abbinato ai formaggi. È pittrice di professione e anche il suo timoebasilico.com ha un appassionato tocco artistico.



Profumo di Cannella



PROFUMO DI CANNELLA

Tra i tipi di miele che Raffaella preferisce ci sono quelli di acacia, dolce, limpido e ben solubile, e di castagno, dal gusto più deciso. Nella sua cucina e sul suo ricetteperpassione.blogspot.it il miele è indispensabile per far lievitare gli impasti, ma anche per caramellare cipolline, peperoni, pomodorini, per glassare la carne e per riduzioni agrodolci con vino o birra.



BIANCAVANIGLIA ROSSACANNELLA

«Scelgo solo miele biologico prodotto nelle nostre zone qui in Sicilia, da quello di zagara al più classico millefiori». Simona (biancavanigliarossacannella.blogspot.it) suggerisce di usarlo nell'infuso di lavanda e gelsomino, per dolcificare yogurt e ricotta, o per preparare la granola (foto) con la frutta secca.

LUVARIA
ULSSES

87^a

La Luvaria Ulisses, storico
guantaio del centro
di Lisbona, è il più piccolo
negozio al mondo:
può accogliere un solo
cliente alla volta.

Delizie portoghesi



Morgado de figo
(torta di fichi)
pag. 88

INVITANTI E PROFUMATI, TORTE E PASTICCINI
SONO UN TRIONFO DI UOVA E ZUCCHERO,
DECLINATO IN INFINITE VARIANTI.
DA ASSAPORARE LENTAMENTE COME IL MORBIDO
E SUADENTE INCANTO DELLA CAPITALE

a cura di Marina Cella, ricette di Alessandra Avallone,
foto di Stefania Giorgi, styling di Laura Mauceri

Piattini da Le Stanze
della Memoria. Nella pagina
accanto: vassoietto Royal
Copenaghen, bicchiere
Bitossi Home.
Indirizzi a pagina 6



Bola mirandesa
(dolce di Miranda)

pag. 88

Si dice cucina portoghese e si pensa al baccalà. Meno nota fuori dai confini nazionali, ma amatissima in patria, è la pasticceria. Tra le tante delizie, le più celebri sono sicuramente i *pasteis de nata*, in particolare quelli che si mangiano a Lisbona nella blasonata Confeitaria de Belém (qui li chiamano *pasteis de Belém*), che ne sforna qualche migliaia al giorno secondo

una ricetta segreta. Ma l'aroma dei *pasteis*, da gustare caldi spolverizzati di zucchero o cannella, è un classico di tutte le pasticcerie e caffè portoghesi. Come molti altri dolci, risalgono alla tradizione della “*doçaria conventual*” (pasticceria conventuale) che, a partire dal XV secolo, si sviluppò come una vera arte nei numerosi monasteri del Paese. Con abilità e

> segue a pag. 85



Sopra, due ragazze al Parque da Nações (Parco delle Nazioni), il quartiere più nuovo di Libona costruito dopo l'Expo. Sotto, il seicentesco Palácio Belmonte, oggi hotel di charme.



A lato, la moderna architettura del Centro di ricerca biomedica Fundação Champalimaud. A destra, un modello esposto al Mude, Museo do Design e da Moda.



Pasteis de Tentugal (pasticcini di Tentugal)
pag. 88





**Creme caseiro
(crema casalinga)**

pag. 89



**Il Flower Power, nell'antico quartiere
del Barrio Alto di Lisbona, è fiorista
e caffè: vanta una delle torte
al cioccolato migliori al mondo.**

**Sotto, lo storico tram n. 28,
una delle icone di Lisbona che
attraversa tutta la città ed è molto
frequentato dai turisti. A sinistra,
un suonatore di jazz per strada.**



Nella pagina accanto:
coppetta Royal Copenhagen,
cucchiaino da Le Stanze
della Memoria, tovagliolo
La Fabbrica del Lino,
piastrella Domenico Mori.
Indirizzi a pagina 6


STOP MOTION
www.salepepe.it

**Pasteis de nata
(tartellette
alla crema)**

pag. 89

> segue da pag. 82

fantasia, le suore crearono una sorprendente varietà di piccole delizie, che nei secoli sfuggirono alle segrete dei conventi. Tartellette, budini e pasticcini, con nomi stravaganti a metà tra tra sacro e profano: *papos de anjo* (pancine d'angelo), *toucinho do céu* (pancetta del cielo), *orelhas de abade* (orecchie di abate) e tanti altri. Diversi da regione a regione, i dolci con-

ventuali hanno un denominatore comune: pochi ingredienti, su cui regnano incontrastati le uova e lo zucchero. In particolare i tuorli, perché sembra che gli albumi venissero usati dalle monache per inamidare le tonache e gli abiti dei nobili. Ecco allora gli *ovos moles*, classico ripieno di tuorli e zucchero che farcisce gli omonimi dolcetti di ostia di Aveiro o i *pasteis de*

> segue a pag. 86

Piattino Royal Copenhagen,
tovagliolo La Fabbrica del
Lino. Nella pagina accanto:
alzata da Le Stanze della
Memoria, tovaglioli Society,
piastrelle Domenico Mori.
Indirizzi a pagina 6

Bolo de mel (dolce al miele)

pag. 89

> segue da pag. 85

Tentugal. Una pasticceria ad alto tasso zuccherino, dunque, quella portoghese, anche nelle torte e nei dolci regionali, dalle province del nord a quelle meridionali dell'Algarve. Ma l'uso frequente di altri ingredienti mitiga la spiccata dolcezza: la cannella, per profumare l'impasto o per rifinire; le mandorle, le scorze di agrumi e la frutta secca, eredità della lunga domi-

nazione araba; il latte, il formaggio, il riso, le patate. Le *queijadas de Sintra* sono ripiene di crema di formaggio con uova, zucchero e cannella. Nei dolci al cucchiaino, non può mancare il latte. Dal *leite creme* (latte alla portoghese), conosciuto nel mondo con il nome di crème caramel; all'*arroz doce*, il budino di riso al profumo di limone con decori di cannella.



Sopra, un portone dell'Alfama, il quartiere più antico di Lisbona. Sotto, l'uscita dell'Elevator de Santa Justa, un ascensore dei primi del Novecento che collega la parte bassa a quella alta della città.

In basso a destra, Cantinho do Avillez, ristorante e scuola di cucina; a lato, David Jesus, head chef del ristorante Belcanto.



Delicias de batata
(delizie di patate)

pag. 89



MORGADO DE FIGO (torta di fichi)

PER 8 PERSONE

500 g di fichi secchi - 500 g di mandorle pelate - 500 g di zucchero + quello per la placca - 50 g di cioccolato fondente tritato - 10 g di cannella in polvere - 3 g di semi di anice - 1 limone non trattato

- 1 In una padella antiaderente tostate leggermente le mandorle e tritatele grossolanamente. Tritate i fichi secchi.
- 2 In una pentola di acciaio a fondo spesso mescolate 2 dl d'acqua, lo zucchero, il cioccolato, la cannella, i semi di anice e la scorza del limone grattugiata. Fate sobbollire fino a quando lo sciroppo incomincia ad addensarsi e a filare (15 minuti circa). Unite le mandorle, dopo 5 minuti i fichi, mescolate bene e cuocete altri 5 minuti.
- 3 Lasciate raffreddare per qualche minuto il composto, quindi rovesciatelo su una placca da pasticceria ricoperta di carta da forno e spolverizzata di zucchero. Utilizzando un anello da pasticceria di 25 cm di diametro x 3 cm di altezza date una forma circolare all'impasto, livellando e premendo bene. Fate raffreddare per 1 notte. Tradizionalmente il dolce viene ricoperto di glassa di zucchero e decorato con dragé colorati.

FACILE

- Preparazione 35 minuti + riposo ●
- Cottura 25 minuti ● 769 cal/porzione

BOLA MIRANDESA (dolce di Miranda)

PER 8 PERSONE

1 kg di pasta da pane - 1 uovo - 3 tuorli - 0,65 dl di olio - 30 g di burro + quello per lo stampo - 200 g di zucchero - 25 g di cannella in polvere - 330 g di farina 00

- 1 Sciogliete il burro e aggiungete l'olio. Mettete la pasta da pane in una ciotola, unite la miscela di burro e lavorate; aggiungete l'uovo, i tuorli e poi la farina. Impastate a lungo fino a ottenere un composto omogeneo.
- 2 Mescolate lo zucchero (tenendone da parte 2 cucchiaini) e la cannella e dividete la miscela in 6 parti. Foderate di carta da forno 1 stampo quadrato di 30 cm di lato e imburattelo.
- 3 Dividete l'impasto in 7 porzioni (di cui 1 più grande delle altre) e stendetelo in sfoglie molto sottili. Foderate lo stampo con la sfoglia più grande lasciando sbordare la pasta in eccesso; sovrapponetevi le altre sfoglie cospargendo ogni strato con la miscela di zucchero e cannella. Sigillate l'ultima sfoglia formando un cordoncino con la pasta in eccesso del primo strato e spolverizzate con i 2 cucchiaini di zucchero tenuti da parte. Fate lievitare per 15 minuti. Infornate il dolce a 190° per 30-35 minuti e servite.

MEDIA

- Preparazione 30 minuti + riposo ●
- Cottura 40 minuti ● 666 cal/porzione

PASTEIS DE TENTUGAL (pasticcini di Tentugal)

PER 12 PASTEIS

1 confezione di pasta fillo - 30 g di burro - 250 g di zucchero - 12 tuorli - zucchero a velo

- 1 Fate bollire lo zucchero con 1,5 dl d'acqua fino a quando incomincia a filare. Togliete dal fuoco e fate raffreddare lo sciroppo, immergendo il contenitore in acqua fredda e continuando a mescolare perché non cristallizzi.
- 2 Mescolate i tuorli senza sbatterli e aggiungeteli allo sciroppo freddo. Cuocete il composto di tuorli a bagnomaria per 30-40 minuti, fino a quando non assume la consistenza di una crema densa.
- 3 Fate fondere il burro. Ritagliate 48 rettangoli di pasta fillo di 10x14 cm e spennellateli di burro fuso. Sovrapponete 4 rettangoli, mettete al centro 2 cucchiaini di crema di tuorli, arrotolate e ripiegate le estremità, inumidendo i bordi d'acqua per saldarli. Ripetete l'operazione fino ad esaurire gli ingredienti formando 12 dolcetti. Disponeteli su una piastra rivestita di carta da forno e cuocete a 200° per 10-12 minuti. Servite i pasteis spolverizzati di zucchero a velo.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 50 minuti ● 255 cal/l'uno

Vista della cattedrale
di Lisbona dal
Castelo de São Jorge.

CREME CASEIRO (crema casalinga)

PER 4 PERSONE

0,5 dl di latte - 4 uova - 170 g di zucchero - 1 cucchiaino di farina di frumento 00 - 1/2 limone

- 1 Separate i tuorli dagli albumi e conservatene 2. Con le fruste elettriche sbattete i 4 tuorli con 150 g di zucchero fino a quando sono soffici e cremosi. Aggiungete la farina e, una volta incorporata, 5-6 gocce del succo del limone, continuando a mescolare.
- 2 Nel frattempo fate bollire il latte e aggiungetelo al composto di tuorli e zucchero. Cuocete la crema a fuoco dolce, continuando a mescolare, fino a quando si addensa (10 minuti circa).
- 3 Montate gli albumi a neve ben ferma e aggiungeteli alla crema appena tolta dal fuoco. Quando si è raffreddata, trasferitela nelle coppette individuali, cospargetela con lo zucchero rimasto e "bruciate" la superficie con l'apposito ferro o con la pistola flambatrice.

FACILE

- Preparazione 15 minuti ● Cottura 10 minuti ● 295 cal/porzione

PASTEIS DE NATA (tartellette alla crema)

PER 12 PASTEIS

2 confezioni di pasta sfoglia - 0,5 dl di panna - 8 tuorli - 2 cucchiai di farina - 200 g di zucchero - 1 limone - zucchero a velo

- 1 Preparate la crema. In una ciotola mescolate i tuorli con lo zucchero,

quindi aggiungete la farina e la scorza del limone grattugiata e diluite con la panna. Trasferite il composto in una piccola pentola dal fondo spesso e cuocete, a fuoco basso e mescolando, per 10 minuti o fino a quando la crema si addensa.

- 2 Sovrapponete le 2 sfoglie di pasta, arrotolate e tagliatele a fette di circa 2 cm di spessore. Suddividetevi in 12 stampini da muffin, disponetele sul fondo di ciascuno e stendetevi con i pollici in modo da foderarli completamente. Versate la crema negli stampini e cuocete in forno a 250° per 15-20 minuti, fino a quando la superficie è ben dorata. Fateli raffreddare, sformateli e servite cosparsi di zucchero a velo.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 30 minuti ● 245 cal/l'uno

BOLO DE MEL (dolce al miele)

PER 8 PERSONE

8 uova - 200 g di zucchero - 200 g di farina 00 - 1 cucchiaino di cannella in polvere - 1 cucchiaino di lievito per dolci - 2 dl di olio extravergine d'oliva - 250 g di miele millefiori - 1 limone - burro per lo stampo - farina di mandorle

- 1 Mescolate la farina 00 con il lievito e la cannella e tenete da parte. Separate i tuorli dagli albumi e, con le fruste elettriche, sbattete a lungo i tuorli con lo zucchero, fino a quando il composto diventa soffice e cremoso.
- 2 Mescolate l'olio con il miele e la scorza del limone grattugiata. Aggiungete la miscela di olio a quella di tuorli continuando a mescolare con le fruste elettriche. Trasferite la preparazione in una ciotola capiente.
- 3 Montate a neve ben ferma gli albumi. Unite al composto nella ciotola

il mix di farina e cannella alternandolo agli albumi montati e mescolando con la frusta a mano, senza sbattere per non smontare l'impasto.

- 4 Imburrate abbondantemente uno stampo antiaderente a ciambella di 24 cm di diametro x 10 cm di altezza, ricoprite il fondo con un anello di carta da forno e cospargete con la farina di mandorle. Versate l'impasto nello stampo restando al di sotto del bordo di 3-4 cm. Cuocete in forno a 160° per 45-50 minuti. Lasciate raffreddare un poco il dolce e sformate.

FACILE

- Preparazione 30 minuti
- Cottura 50 minuti ● 595 cal/porzione

DELICIAS DE BATATA (delizie di patate)

PER 4 PERSONE

200 g di zucchero - 75 g di patate lessate e schiacciate - 75 g di granella di mandorle - 3 tuorli - 1 cucchiaino di burro - 1 cucchiaino di amido di mais - zucchero a velo

- 1 Fate bollire lo zucchero con 1 dl d'acqua per 5 minuti, aggiungete le patate e la granella di mandorle e lasciate cuocere ancora qualche minuto continuando a mescolare. Togliete la preparazione dal fuoco e lasciate intiepidire.
- 2 Aggiungete i tuorli e l'amido di mais e mescolate fino a quando il composto è omogeneo. Imburrate 4 stampini individuali antiaderenti del diametro di 8 cm e versatevi la preparazione. Infornate a 180-190° per 15 minuti. Quando sono ancora calde sformate le tartellette aiutandovi con la punta di un coltello. Servitele cosparse di zucchero a velo.

FACILE

- Preparazione 15 minuti
- Cottura 25 minuti
- 380 cal/porzione



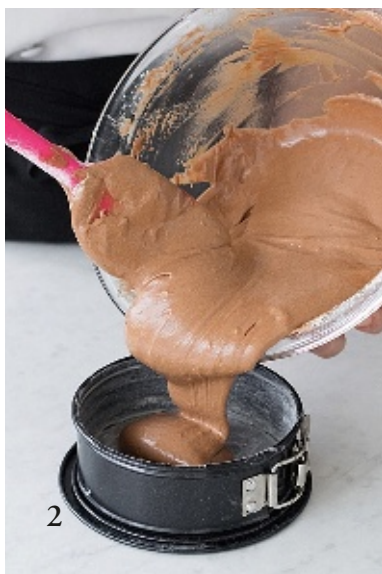
LA DOLCE VITA DI CHIARA

Sacher con confettura di peperoni rossi

UNA SORPRENDENTE VERSIONE DELLA PIÙ CLASSICA TORTA MITTELEUROPEA. DAL GUSTO PARTICOLARE, MA DELICATO. PER PALATI RAFFINATI

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini,
a cura di Mariateresa Carlucci, foto di Michele Tabozzi





INGREDIENTI PER 8 PORZIONI

per la base : 75 g di farina "00" - 75 g di cioccolato fondente - 75 g di burro +
quello per lo stampo - 3 uova - 75 g di zucchero - 1 pizzico di sale -
per la confettura di peperoni : 250 g di peperoni rossi - 120 g di zucchero di canna
per la bagna : rum
per la copertura : 200 g cioccolato fondente - 200 g di zucchero semolato

● **1** Per la base: ungete 2 stampi di 12 cm e bordo di 3 cm con il burro. Separate i tuorli dagli albumi. Sciogliete il cioccolato spezzettato a bagnomaria, unite il burro, incorporatelo e poi aggiungete il mix ai tuorli sbattuti. Montate gli albumi con lo zucchero e un pizzico di sale e uniteli al composto di cioccolato. Infine, incorporate la farina setacciata. ● **2** Trasferite il composto nelle teglie, livellatelo con un cucchiaino e cuocete in forno a 180° per 20 minuti. Lasciate intiepidire le torte nelle teglie, poi trasferitele su una griglia e fatele raffreddare completamente. ● **3** Per la confettura: lavate i peperoni, puliteli e tagliateli grossolanamente, metteteli a cuocere a fuoco basso per 30 minuti in una pentola con lo zucchero, aggiungendo poco alla volta 200 ml d'acqua, finché i peperoni avranno la consistenza di una confettura. Al termine, passate la confettura al setaccio per eliminare la pelle, renderla omogenea e anche più digeribile. ● **4** Tagliate le torte in 2 strati di uguale spessore, con un coltello affilato. ● **5** Bagnateli a piacere con il rum, spalmate le basi con la confettura, ricomponete le torte e appoggiatele su una gratella. ● **6** Per la copertura: tritate il cioccolato e raccoglietelo in un pentolino. Preparate uno sciroppo in un altro pentolino facendo bollire 100 ml d'acqua con lo zucchero fino a raggiungere la temperatura di 100°, toglietelo dal fuoco e incorporatelo al cioccolato tritato in modo da ottenere una salsa liscia. Rovesciate immediatamente la salsa sulle torte e stendetela bene in modo da ricoprirle interamente. Lasciate riposare per 30 minuti a temperatura ambiente e per lo stesso tempo in frigorifero, in modo che la copertura si indurisca e diventi lucida. Decorate le tortine, se vi piace, con nastri.

FACILE ● Preparazione 40 minuti + riposo ● Cottura 1 ora

UNA RIVELAZIONE

Che i peperoni rientrino tra gli ingredienti della pasticceria è un po' strano. E in realtà, quando **Chiara Patracchini** (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino) ha proposto questa torta, qualche perplessità c'è stata. Subito fugata all'assaggio: è stata una rivelazione. Sembra impossibile, ma in redazione l'abbiamo trovata tutti, nessuno escluso, ancora più buona della classica torta Sacher viennese. Forse perché la confettura di peperoni, meno dolce di quella di albicocche, dà maggior equilibrio al dolce, si sposa perfettamente con il cioccolato e, soprattutto, lo rende più vicino ai gusti moderni. Un consiglio, quando preparate la confettura di peperoni, raddoppiate le dosi degli ingredienti: potrete usare quella che rimane per accompagnare i formaggi freschi e semi stagionati. È una delizia.



Questione di fumo

L'AFFUMICATURA È UNO DEI SEGRETI DELL'INCONFONDIBILE AROMA DELLO SPECK IGP, ORGOGLIO ALTOATESINO. ALLA SCOPERTA DEI SUOI LUOGHI D'ELEZIONE TRA BORGHI ANTICHI, VALLATE E CIME SPETTACOLARI

testo di Paola Mancuso,
in cucina Claudia Compagni, foto
di Alkèmia, stylist Stefania Aledi



Qualche volta il fumo fa bene. Nell'antico mondo contadino era addirittura indispensabile: con il fumo di legna si conservavano le carni, assicurandosi così le scorte necessarie a passare il duro inverno. Un metodo squisitamente nordeuropeo, quello dell'affumicatura, perché nell'area mediterranea la tecnica di conservazione più diffusa è sempre stata la salagione. Dalla mescolanza delle due tradizioni è nato lo speck, deliziosa invenzione sudtirolese e bandiera gastronomica del territorio (ha ottenuto il marchio Igp nel 1997), il cui tipico aroma è dovuto all'utilizzo di poco sale e all'esposizione al fumo di legni non resinosi. Purché il fumo sia "poco" e alternato a "molta aria", quella frizzantina di montagna, in modo da imprimere allo speck quell'intrigante nota fumé che lo caratterizza, senza renderlo di sapore troppo aggressivo.

Ne nasce un prosciutto crudo più delicato di quelli nordici e più saporito di quelli italiani, cibo imprescindibile di ogni festa paesana e degli spuntini in baite e rifugi. Dove viene proposto come antipasto o come merenda (tagliato a fette o a listarelle e servito su taglieri di legno con cetrioli e ravanelli), oppure come ingrediente di piatti come i tipici canederli. I produttori, una trentina, dello speck Alto Adige Igp, pur attenendosi alla procedura stabilita dal disciplinare, hanno un certo margine di "personalizzazione", a seconda della consuetudine familiare e delle caratteristiche ambientali di ogni vallata. Per questo ogni salume porta con sé il tocco di ciascun produttore. A partire dalla concia, miscela di spezie ed erbe aromatiche utilizzata per aromatizzare le "baffe" (le cosce disossate del maiale) dopo la salatura.

> segue a pag. 95



Canederli
in brodo
pag. 94



Qui accanto, la maturazione delle "baffe" di speck in locali esposti all'aria delle valli di montagna altoatesine. In questa fase si forma uno strato naturale di muffa aromatica che viene rimossa a fine stagionatura. Nella pagina accanto, i masi del Gallo Rosso che offrono piatti allo speck: Oberpartegger (a Villandro, in Valle Isarco), Fronthof (a Fiè allo Sciliar) e Zmailar (a Scena, sopra Merano).

Frittata del contadino

GLI INDIRIZZI

Consorzio Speck Alto Adige Igp

Il Consorzio rappresenta
e tutela tutti i produttori,
grandi e piccoli, dello
Speck Alto Adige Igp
Info: www.speck.it

poi unitevi il composto di uova.

● **3** Distribuitevi sopra i pomodorini a fettine e il formaggio a dadini. Cuocete a fuoco basso e coperto finché la frittata incomincia a rapprendersi. Completate con erba cipollina e servite.

FACILISSIMA

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 15 minuti ● 490 cal/porzione

ROTOLO DI SPECK CON RICOTTA E FUNGHI

PER 4 PERSONE

12 fette sottili di Speck Alto Adige Igp - 200 g di ricotta - 50 g di burro - 100 g di chiodini - 1 mazzetto di erba cipollina - 1 mazzetto di prezzemolo tritato fine - 1 cipolla piccola - olio extravergine d'oliva - miscelanza di insalate - sale - pepe

● **1** Amalgamate bene la ricotta con il burro morbido, unite l'erba cipollina tagliuzzata fine e insaporite con sale e pepe. Stendete un foglio di pellicola e adagiatevi sopra le fettine di speck nel senso della lunghezza, sovrapponendole leggermente. Spalmate il composto di ricotta sullo speck, arrotolate il tutto aiutandovi con la pellicola e lasciate riposare il rolo ottenuto in frigorifero per 2 ore.

● **2** Pulite i funghi e saltateli in padella con la cipolla tritata e poco olio; salate, pepate, poi aggiungete il prezzemolo, 1 cucchiaino d'olio e mescolate. Lasciate intiepidire.

● **3** Riprendete il rolo di speck, tagliatelo a fette piuttosto spesse e adagiatele nei piatti individuali su un letto di insalatina pulita con i funghi preparati.

FACILE

● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 345 cal/porzione

CANEDERLI IN BRODO

PER 4 PERSONE

400 g di pane bianco - 1 1/2 cucchiaini di farina - 150 g di speck Alto Adige Igp - 1 l di brodo di carne o vegetale - 3 uova - erba cipollina - 8 dl di latte - sale - pepe

● **1** Riducete il pane e lo speck a dadini. Sbattete le uova con il latte, 1 pizzico di sale e 1 macinata di pepe.

● **2** Amalgamate bene tutti gli ingredienti in una ciotola con la farina setacciata e qualche stelo di erba cipollina tagliuzzata fine. Lasciate riposare per circa 15 minuti.

● **3** Formate tanti piccoli canederli e cuoceteli a fuoco moderato nel brodo in leggera ebollizione per circa 15 minuti. Completate con erba cipollina.

FACILE

● Preparazione 30 minuti ● Cottura 15 minuti ● 579 cal/porzione

FRITTATA DEL CONTADINO

PER 1 PERSONE

6 uova - 1 piccola cipolla - 120 g di formaggio a pasta semidura - 4 cucchiaini di panna fresca - 120 g di speck Alto Adige Igp a striscioline - 2 pomodorini - burro - erba cipollina - sale

● **1** Sbattete le uova in una ciotola con la panna e 1 presa di sale. Sbucciate la cipolla e affettatela ad anelli sottili.

● **2** Soffriggete la cipolla e lo speck in una padella con 1 noce di burro,

A photograph of a dish titled 'Rotolo di speck con ricotta e funghi'. The dish is served on a white plate with a blue geometric pattern around the rim. It features a salad of green and red leafy vegetables, sliced mushrooms, and two thick, round slices of speck rolled around a core of white ricotta cheese. The plate is set on a white napkin with a blue stripe, next to a silver fork and a knife with a wooden handle. The background is a blurred wooden surface with a heart-shaped cutout.

Rotolo di speck con ricotta e funghi

> segue da pag. 93

La scelta riguarda anche i legni utilizzati per l'affumicatura: di solito è il faggio, ma c'è chi utilizza anche altre essenze. I palati più accorti, poi, riconoscono lo speck della macelleria Vontavon di Bressanone affinato nel fieno, quello della macelleria Mair di Glorenza, minuscolo e intatto borgo della Val Venosta, per il profumo di ginepro. Anche l'aria ha un ruolo importante. Ancora in Val Venosta, la ditta Recla affida la maturazione del suo speck alla brezza secca, fresca e pura che arriva dai ghiacciai delle splendide cime dell'Ortles e del Palla Bianca. Alcuni produttori (Senfter, Windegger, Kofler e Steiner) propongono poi il raro Bauernspeck, "speck contadino" ottenuto da suini nati e allevati nei masi altoatesini. E siccome, si sa, del maiale non si butta nulla, per lo speck utilizzano, oltre alla coscia, anche coppa, spalla, carré e pancetta.

Allo speck Alto Adige Igp viene dedicata una festa ad hoc a Santa Maddalena, in Val di Funes, tra le più verdi e tranquille delle Dolomiti (quest'anno, il 4 e 5 ottobre; www.speckfest.it). Il borgo offre un bel colpo d'occhio sul profilo dentellato delle Odle, area protetta, da ammirare tra degustazioni, spettacoli e acquisti al mercato contadino.

In queste pagine: tagliere Sabbatini; piatti Ceramiche Fasano; tovagliolo Bertozzi; tessuto Silvia Tessuti; tavolo, complementi d'arredo, picozza e funi 100Fa Vintage Milano. Indirizzi a pagina 6

LUOGHI ECCELLENTI

Ischia, nobile e contadina

DA CENACOLO DELLA PRINCIPESSA COLONNA A PARCO TERMALE PER IL TURISMO INTERNAZIONALE, L'ISOLA CAMPANA CONSERVA ANCHE UN'ANTICA, ORIGINALE, PROLIFICA ANIMA CONTADINA. PER INNAMORARSENE BASTA GIRARE L'ANGOLO

A cura di Daniela Falsitta, testo di Enrico Saravalle, foto di Nicoletta Valdisteno. Si ringrazia il ristorante La Pagliarella di Forio per i piatti e le ricette del servizio



La baia di San Montano, una profonda spiaggia di soffice sabbia chiara nel comune di Lacco Ameno. Nella pagina a destra, la barriera dell'antica cantina Giardini Arimei di Forio e, in alto, i putti lignei nella chiesa del Soccorso.



La storia di Ischia affonda le radici nella notte dei tempi e, tra le baie nascoste e riparate, le scogliere fitte di vegetazione, i boschi che si arrampicano sul Monte Epomeo, ha visto alternarsi invasori di ogni tipo e nazionalità. Infine l'isola è stata conquistata dal popolo dei vacanzieri che ha scoperto le qualità curative delle sorgenti di acqua calda del suo sottosuolo. Per sfruttare questo "tesoro liquido" sono nati giardini termali, grandi alberghi e beauty farm che per migliaia di turisti costituiscono un'attrazione sufficiente a sbarcare sulle sue coste. Dopo fanghi, bagni e trattamenti di bellezza, la sera fanno lo struscio a Ischia Porto, nelle centralissime vie Roma e Vittoria Colonna, tra boutique e negozietti di souvenir e talvolta proseguono fino allo "scoglio", isolotto-fortezza che, in poche centinaia di metri quadri, ospita gran parte della storia ischitana. Qui, infatti, sorgono il Castello aragonese e la cripta affrescata dai discepoli di Giotto, i resti della cattedrale del '500 distrutta dalle cannonate degli Inglesi due secoli fa e il cimitero del Convento delle Clarisse, la settecentesca chiesa dell'Immacolata con la sua inconfondibile cupola e la chiesetta rinascimentale di San Pietro. Soprattutto però lo "scoglio" lega la sua fama alla principessa Vittoria Colonna, che qui visse e "regnò" trasformando Ischia in un cenacolo di artisti, letterati e intellettuali del suo tempo come Pietro Bembo, Ludovico Ariosto e Michelangelo (che dedicò all'affascinante nobildonna sonetti e poesie d'amore).

> segue a pag. 98



CALAMARATA

PER 4 PERSONE

2 calamari di circa 300/400 g cadauno già puliti - 320 g di pasta nel formato "calamarata" - 8 pomodorini freschi - 12 olive verdi in salamoia - 20 capperi sotto sale - 1 spicchio d'aglio - vino bianco - un ciuffo di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Tagliate i calamari ad anelli grandi come la pasta, e fatelo rosolare in qualche cucchiaino d'olio con lo spicchio d'aglio sbucciato e schiacciato. Aggiungete le olive tagliate a pezzetti e i capperi: mescolate e fate insaporire pochi istanti. Spruzzate con un po' di vino bianco, lasciatelo evaporare e unite i pomodorini divisi in 4 spicchi. Continuate a cuocere a fuoco lento per circa 10 minuti.
- **2** Lessate la pasta in abbondante acqua salata, scolatela molto al dente e versatela nella padella con il sugo. Mescolate, aggiungete un po' di prezzemolo fresco tritato, spegnete e servite. Se vi piace, potete insaporire il sugo con qualche seme di peperoncino fresco.

FACILE

- Preparazione 15 minuti ● Cottura 20 minuti
- 400 cal/porzione





I vigneti di Forio e, sotto, lo "scoglio" di Ischia, una sorta di isolotto fortificato che ospita un castello, una cripta, una chiesa del '700 e altri monumenti di diverse epoche. In basso, la cinquecentesca chiesa di San Sebastiano Martire, a Barano.



> segue da pag. 97

Più di terra che di mare

Chi vuole andare oltre, prosegue per Casamicciola. Il comune se ne sta adagiato sulla collina, tra le pendici del Monte Epomeo e il mare e conserva, nelle zone più interne, terrazzamenti e coni di vulcani spenti, pinete e agrumeti, vigneti e boschi. Basta percorrere la vecchia Strada Borbonica per scoprirli: lungo i tornanti che portano alle giogaie del Cretaio, viene alla luce "l'anima di terra" di Ischia, quella che si esprime nella cultura contadina della gente e in buona parte della sua gastronomia. Non a caso, il piatto simbolo di quest'isola è il "coniglio all'Ischitana", preparato in un tegame di terracotta utilizzando odori e sapori dell'orto. Ma protagoniste della cucina sono pure le erbe selvatiche che entrano nella composizione di piatti a base di fagioli, e poi le verdure: "imbottite", utilizzate come ripieno o sposate agli aromi (come nella millenaria "scapece" a base di mentuccia, peperoncino, aglio).

> segue a pag. 100



CIANFOTTA DI FAGIOLI ZAMPOGNARI

PER 4 PERSONE

500 g di fagioli zampognari - 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva - 1 cipolla - 1 costola di sedano - 1 carota - 1 melanzana sbucciata - 5 pomodori - 1 ciuffo di prezzemolo - sale

- **1** Mettete a bagno i fagioli per un giorno e una notte. Fateli lessare per circa un'ora e mezza in abbondante acqua. Salate poco prima della fine della cottura.
- **2** Sbucciate e tritate finemente la cipolla, affettate sedano e carota, tagliate a pezzi la melanzana e dividete i pomodori a spicchi. In un'ampia padella fate appassire la cipolla nell'olio, unite sedano e carota, cuotete 5 minuti; aggiungete la melanzana e fatela saltare a fuoco vivace per 5 minuti, quindi i pomodori e, dopo circa 3 minuti, i fagioli scolati, un pizzico di sale e mezzo bicchiere d'acqua. Lasciate cuocere il tutto a fuoco dolce finché l'acqua sarà assorbita (almeno 10 minuti). Guarnite la cianfotta con il prezzemolo tritato.

FACILE

- Preparazione 10 minuti + ammollo ● Cottura 20 minuti
- 490 cal/porzione



Novità

LA SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE

Ci vediamo da Ca'puccino, il luogo dove i talenti si esprimono, le passioni si realizzano, i gusti si incontrano

La nuova Scuola di Cucina di Sale&Pepe è il luogo dove la passione per la cucina prende vita!

Nella centrale Piazza Diaz, a pochi passi dal Duomo, Sale&Pepe e Ca'puccino interpretano il meglio della cucina italiana in un ambiente accogliente ed esclusivo, che riflette la qualità e il gusto del food&design made in Italy.
Prossimamente online i nuovi corsi su www.corso-di-cucina.it



Corsi di cucina **PER ADULTI**

CORSI MONOTEMATICI. Lezioni attive su diverse tipologie di piatti, ingredienti e menu per tutte le occasioni. Per imparare e scoprire tutti i segreti in cucina.

CORSI A PIÙ LEZIONI. Percorsi attivi dedicati ai più gustosi temi gastronomici che permetteranno un viaggio a 360° tra ricette, tecniche e trucchi da veri chef.

PER TUTTI KIT OMAGGIO CON GREMBIULE, RICETTARIO E NOTEBOOK.

Puoi pagare il tuo corso sul sito o direttamente da *ca'puccino*

Corsi di cucina **PER BAMBINI**

SOLO BAMBINI.

Un'avventura del gusto che stimola la fantasia da vivere e assaporare in compagnia di tanti nuovi amici.

A QUATTRO MANI.

Un'esperienza entusiasmante che coinvolge i piccoli cuochi insieme a papà e mamme: un modo divertente per crescere insieme.



WWW.CORSO-DI-CUCINA.IT

IN COLLABORAZIONE CON

ca'puccino

Arclinea



SPONSOR UFFICIALI

KENWOOD
CREATE MORE



FRATELLI Carli
— DAL 1911 —

Per info vai su www.corso-di-cucina.it oppure chiama il numero 02.75423300 ore 10-12 e 16-18



MONDADORI



Sopra, la torre saracena inglobata nella struttura del Mezzatorre Resort, splendido hotel cinque stelle di Forio. A destra e in basso, il lungomare e i vicoli di Ischia Porto, il cuore turistico dell'isola.



> segue da pag. 98

Uno scoglio di tufo verde a forma di fungo è il benvenuto per chi arriva a Lacco Ameno, il primo nucleo abitato dell'isola, fondato dai coloni greci che vi si stabilirono nell'VIII secolo a.C. Le prove sono conservate nel Museo Archeologico di Pithecusa, ospitato nei saloni della settecentesca Villa Arbusto. La strada quindi aggira il Monte Caruso e si dirige verso Forio, dove si trovano le ville più belle e famose come La Colombaia (appartenuta a Luchino Visconti) e La Mortella con un giardino che raccoglie cascate, sentieri nascosti, laghetti su cui galleggiano ninfee e fiori di loto, centinaia di specie di alberi rari e di essenze tropicali. Forio è il più grande e popoloso centro dell'isola: le sue case arrivano ad arrampicarsi fino sui fianchi dell'Epomeo e il suo centro storico è punteggiato di torri medievali. A dividere in due il paese, ecco il promontorio del Soccorso, con il santuario dedicato a Santa Maria della Neve decorato di maioliche settecentesche (le "madonnelle" disseminate anche negli angoli più nascosti del centro abitato). Dalle sue scalinate gli innamorati si godono lo spettacolo "a quattro stelle" del sole che si tuffa nel Tirreno. Da Sant'Angelo, infine, si parte alla scoperta della parte meno conosciuta di Ischia, lontana dai riti mondani di oggi e di ieri. Eppure le terrazze di Serrara Fontana, le mulattiere che salgono in vetta al Monte Epomeo, con le case di pietra scavate nel tufo, i vicoli medievali di Buonopane e le chiese barocche di Barano sono tutti spettacoli imperdibili.

SALE&PEPE COLLECTION

PANE SALSE E FANTASIA

I segreti per preparare gli hamburger più buoni

*Oltre al prezzo di Sale&Pepe € 3,50
Ricette e styling di Valéry Drouet - Fotografie di Pierre-Louis Viel



EDIZIONE DA COLLEZIONARE

RILEGATURA CARTONATA

RICETTE SPECIALI

IMMAGINI SPETTACOLARI

Si svela piano piano, boccone dopo boccone: si assapora prima il pane, poi la salsa, e poi il ripieno, ogni volta diverso. L'hamburger è così, un panino da scoprire, un'icona da reinventare. Ed è ancora meglio se fatto in casa: di carne,

DAL 19 SETTEMBRE
A SOLO
• €4,90 •
IN PIÙ
DA COLLEZIONARE

di legumi, di uova o di formaggio, o, ancora, di pesce, può essere rustico così come chic, a seconda del pane o della salsa che lo accompagna, o del tocco personale di chi lo prepara. Sempre, naturalmente, con i migliori ingredienti.

sale&pepe

CONIGLIO ALL'ISCHITANA

PER 4 PERSONE

1 coniglio da 1 kg pulito - 50 ml d'olio extravergine d'oliva - 4 fette di lardo (spesse come fette di prosciutto) - 100 ml di vino bianco - 1 testa d'aglio - 1 peperoncino - 3 pomodorini - 1 ciuffetto di timo fresco - 1 ciuffetto di maggiorana - 1 ciuffetto di prezzemolo - 1 foglia di basilico - sale

● **1** Tagliate il coniglio in 10 pezzi. In un tegame fate sciogliere le fette di lardo nell'olio e aggiungete l'aglio spellato e il peperoncino. Unite i pezzi di coniglio un poco per volta, mettendoli da una parte una volta ben rosolati, in modo da non far abbassare la temperatura dell'olio.

● **2** Riunite tutti i pezzi di coniglio in un tegame di terracotta, versate il vino bianco e fate cuocere a fuoco dolce lasciando che il vino evapori completamente (circa 20 minuti). Aggiungete i pomodorini divisi a metà, le erbe spezzettate e 50 ml d'acqua. Regolate di sale e lasciate cuocere a tegame coperto per altri 40 minuti girando di tanto in tanto.

MEDIA

- Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 90 minuti
- 390 cal/porzione



Sopra, il ristorante Da Peppina Di Renato, affacciato sulla bella baia di Citara. A sinistra, i salami di coniglio, specialità di Ischia Salumi.

TACCUINO DI VIAGGIO

MEZZATORRE RESORT&SPA

via Mezzatorre 23, Forio
www.mezzatorre.it
Un'oasi mediterranea, una baia privata, una torre ultracentenaria, una Spa alimentata da una fonte termale privata: ecco i must di uno degli alberghi più glamour dell'isola.

CHANDELIER

via Mezzatorre 23, Forio,
tel. 081 986111
Il regno dello chef Giuseppe D'Abundo propone una cucina mediterranea aperta a contaminazioni internazionali.

LA PAGLIARELLA

Via Costa 20, Forio
tel. 081.909325
Abbarbicato in collina, è specializzato nella cucina isolana di pesce. Qui si possono gustare anche specie difficili da trovare altrove come le gustosissime canocchie e le cicale.

DA PEPPINA DI RENATO

via Montecorvo 42, Forio
tel. 081 998312.
Con la visione della baia di Citara, si gustano mozzarella ripiena di rucola, zuppa di porcini, coniglio all'ischitana.

IL FOCOLARE

via Cretaio 68, Casamicciola Terme, tel. 081 902944.
Trattoria che punta su

ingredienti autoctoni e grandi "invenzioni", come l'eccezionale caponatina di fagioli zampognari.

BOOFY

corso Luigi Manzi 103, Casamicciola
Mozzarella-shop dove fare scorta del gustoso latticino.

SERPICO

piazza Matteotti, Forio
Due botteghe in una: la prima specializzata in delikatessen, l'altra in saponi artigianali, prodotti di bellezza e creme termali bio.

GIARDINI ARIMEI

Loc. Pietra Brox 51Bis, Forio
Una cantina scavata nel tufo verde in cui si producono Pietra Brox, bianco fruttato, e il Giardini Arimei, passito inaspettatamente secco.

CALISE

piazza degli Eroi, Ischia
Da novant'anni racconta la pasticceria isolana.

ISCHIA SALUMI

via A. Migliaccio 46, Barano
Il must dell'unico salumificio artigianale di Ischia è il salame di carne di coniglio.

EUROGEOPARK

www.eurogeopark.com
Affascinanti tour alla scoperta di fumarole, sorgenti e villaggi medievali.

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

IP



GELATINA BAUER

Per creare piatti freschi ma allo stesso tempo scenografici, Bauer ha ideato il Preparato per Gelatina. A base di materie prime di alta qualità e nelle pratiche vaschette monodose, è ottimo per la preparazione e la decorazione di aspic, paté e gelatine a base di carne, pollame, pesce e verdure.



INSAL'ARTE

Insal'Arte propone le referenze Baby Leaf in Vassoio, le Adulte e i Cuori in Busta, la linea delle ciotole Pausa Pranzo e i Pronti Da Cuocere per quanto riguarda la IV gamma, mentre le Vaschette in Film Neutro, i Bauletti Apri e Chiudi e i Cartoncini invece per la prima gamma. www.insalarte.net.



JEIO NOSO2 VALDOBBIADENE

Jeio noSO2 Valdobbiadene Prosecco Superiore D.O.C.G. Bisol è uno spumante senza solforosa aggiunta. La bottiglia, confezionata a mano, è avvolta da un foglio di alluminio, che protegge il prezioso Prosecco dalla luce.



TRUVIA®

Truvia® di Eridania è un dolcificante d'origine naturale dal gusto eccellente e senza calorie. Truvia® è disponibile in quattro formati: astuccio di bustine monodose, vasetto, doypack e compresse. Perfetto per dolcificare bevande calde e fredde, è ottimo persino nella preparazione di prodotti da forno.



RISO DI PASTA BIO

Riso di Pasta, pasta ottenuta da 100% riso parboiled italiano, si presenta nella versione 100% organic. Riso di Pasta Bio, coltivato con metodi sostenibili, è ricco di proprietà nutritive, di alta digeribilità, naturalmente senza glutine, con minor assorbimento di grassi e ottima tenuta in cottura.



TANTIFRUTTI®

Tantifrutti® di Rigoni di Asiago è un nettare biologico a base di mirtilli selvatici, raccolti a mano in boschi incontaminati e spremuti a freddo.



SENAPE DI DIJON CALVÉ

La nuova Senape di Dijon Calvé, in una raffinata confezione, si basa su una ricetta proveniente dalla Francia ed ha un gusto forte e deciso.



GOLDENSEC BIO DI CHINI

Goldensec di Chini sono le croccanti rondelle di mele biologiche, private di buccia e di semi, detorsolate, affettate ed essiccate a bassa temperatura senza nessun tipo di frittura. Realizzate con mele Golden biologiche che mantengono inalterate tutte le virtù della frutta fresca con un procedimento naturale.



BIOEXPRESS

Bioexpress è un gruppo di produttori dell'Alto Adige che si dedica alla coltivazione di frutta e verdura biologica con consegna a domicilio. Il rapporto diretto tra produttore e consumatore e il rispetto della stagionalità sono i punti di forza di Bioexpress. www.bioexpress.it



MONDADORI PUBBLICITÀ S.p.A.

Sede: Milano - Via Bianca di Savoia, 12 - Capitale Sociale Euro 3.120.000,00
Iscritta al Tribunale di Milano n. 08696660151 - Codice Fiscale 08696660151
Società con unico azionista - Società soggetta ad attività di direzione
e coordinamento da parte di Arnoldo Mondadori Editore S.p.A.
Pubblicazione a norma della Legge 5 Agosto 1981 n. 416 e successive modificazioni
Il presente bilancio è redatto secondo i principi contabili internazionali IAS/IFRS

Stato patrimoniale al 31 dicembre 2013		Conto economico Esercizio 2013	
ATTIVO		PASSIVO	
(Valori in Euro)		(Valori in Euro)	
Attività immateriali	8.513	Capitale sociale	3.120.000
Investimenti immobiliari		Riserva sovrapprezzo azioni	
Terreni e fabbricati		Altre riserve e risultati portati a nuovo	6.908.929
Impianti e macchinari		Utile (perdita) dell'esercizio	-15.414.060
Altre immobilizzazioni materiali	484.784		
Immobili, impianti e macchinari	484.784	TOTALE PATRIMONIO NETTO	-5.385.131
Partecipazioni contabilizzate al costo	3.297.222	Fondi	5.054.037
Altre partecipazioni		Indennità di fine rapporto	2.241.288
Totale partecipazioni	3.297.222	Passività finanziarie non correnti	
Attività finanziarie non correnti	2.143.895	Passività per imposte differite	
Attività per imposte anticipate	2.126.500	Altre passività non correnti	29.431
Altre attività non correnti			
TOTALE ATTIVITÀ NON CORRENTI	8.060.914	TOTALE PASSIVITÀ NON CORRENTI	7.324.756
Crediti tributari	5.803.011	Debiti per imposte sul reddito	5.418.471
Altre attività correnti	445.172	Altre passività correnti	67.452.880
Rimanenze		Debiti commerciali	27.568.792
Crediti commerciali	87.516.696	Debiti verso banche e altre passività finanziarie	
Altre attività finanziarie correnti	551.418		
Cassa e altre disponibilità liquide equivalenti	2.557		
TOTALE ATTIVITÀ CORRENTI	94.318.854	TOTALE PASSIVITÀ CORRENTI	100.440.143
Attività destinate alla dismissione		Passività destinate alla dismissione	
TOTALE ATTIVO	102.379.768	TOTALE PASSIVO	102.379.768
		ELENCO DELLE TESTATE SERVITE	
		• EVO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• GEO	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D & RISPOSTE	
		• FOCUS EXTRA	
		• FOCUS JUNIOR	
		• FOCUS PICO	
		• FOCUS SPECIALI	
		• FOCUS WILD	
		• GEO	
		• AUTOMOBILE CLUB	
		• CAMBIO PANORAMAUTO	
		• CASAFACILE	
		• CASABELLA	
		• CHI	
		• CIAK SI GIRA	
		• CONFIDENZE TRA AMICHE	
		• CUCINA MODERNA	
		• CUCINA MODERNA ORO	
		• CUCINA NO PROBLEM	
		• DONNA MODERNA	
		• EVO	
		• FAMIGLIA CRISTIANA	
		• FLAIR	
		• FOCUS	
		• FOCUS D &	

BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

È arrivato il momento di premiarsi con qualcosa di fresco, leggero e goloso. Come il frozen yogurt, ideale per una pausa o per preparare al volo un dessert per la cena con gli amici. Bastano panna, yogurt, zucchero e... fantasia! Il volume nasce dall'esperienza di Costance e Mathilde Lorenzi, sorelle parigine che nel 2009 hanno abbandonato le loro professioni per aprire la catena It Mylk, ormai un cult per i foodies. Il libro offre 150 pagine di mousse, cheese cake, frozen yogurt, milk shake...

FROZEN YOGURT

it mylk (www.itmylk.fr),
Guido Tommasi Editore, a 22,50 €



“Per lo yogurt abbiamo lasciato tutto... Dobbiamo solo avvisarvi, per onestà, che il frozen yogurt dà una terribile dipendenza.”

Constance & Mathilde Lorenzi
dall'introduzione al volume

CRUDO 115 RICETTE FRESCHISSIME

di Delphine De Montalier, Guido Tommasi Ed., a 25 €

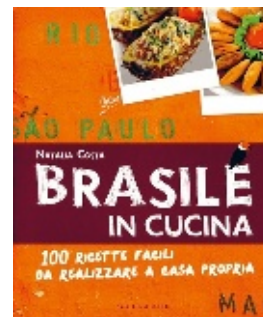
Fa tendenza e va di moda, ma il crudo non è solo questo: per alcuni è una svolta cardine delle abitudini alimentari, per altri un modo di mangiare più sano ed equilibrato. Il volume insegna a ritrovare il sapore autentico di frutta e verdura cercando i prodotti migliori stagione per stagione, e spiega come fare la spesa dai piccoli produttori e al supermercato. Soprattutto, offre ricette allegre, colorate, croccanti, vitaminiche e... veloci.



IL GUSTO DEL RACCONTO

La famiglia Tortilla di Marco Malvaldi,
Tutte le mie preghiere guardano verso
ovest di Paolo Cognetti,
Uomini e pecore di Davide Enia
Collana Allacarta, EDT Ed., tutti a 7,90 €

Parliamo dei primi tre volumi di Allacarta, una collana piccola, curiosa e... speziata. Lo scrittore Marco Malvaldi arriva a Barcellona, mangia tutto ciò che trova e racconta de La famiglia Tortilla. Paolo Cognetti da New York si interroga sull'ossessione per il cibo che anima la Grande Mela, mentre Davide Enia rimane a Roma, e ci convince che la cucina romana è in realtà fatta solo di piatti comfort food. Tre deliziosi volumetti da non perdere.



BRASILE IN CUCINA

di Natalia Costa, Gribaudo Editore,
a 16,90 €

Nonostante il risultato non stellare negli scorsi Mondiali di calcio, gastronomicamente parlando il Brasile è di moda. Nascono fast food latinos, temakerie e churrascherie. Sull'onda di questo trend Natalia Costa, chef brasiliana doc trapiantata a Milano, ha raccolto in un simpatico volume 100 ricette collaudatissime, gustose e carioche che vengono dalla sua famiglia e dal suo ristorante, tutte di facile realizzazione.

VIAGGI TOP A PREZZI POP

di Luca Iaccarino, Mondadori Electa Ed., a 14,90 €



Ovvero, mete di lusso per le tasche di tutti: dal noto giornalista e critico gastronomico torinese, una piccola guida che propone trenta week-end nell'Italia più charmant sorprendentemente economici, tour una volta inimmaginabili per togliersi, finalmente, qualche voglia. Stando al top con prezzi pop.

MADE IN ITALY

CONOSCERE E GUSTARE LE ECCELLENZE

'Nduja

MORBIDO E PICCANTE, IL SALUME CALABRESE REGALA
AI PIATTI UN CREMOSO TOCCO INFUOCATO

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala,
styling di Laura Cereda, scelta del vino di Sandro Sangiorgi



PITTA CON ACCIUGHE, 'NDUJA E CACIOCAVALLO

PER 8 PERSONE

250 g di farina manitoba - 150 g di farina di grano duro
- 1/2 cubetto di lievito di birra - 1 cucchiaino di zucchero
- 250 g di 'nduja - 250 g di caciocavallo - 8 filetti di acciuga sott'olio - olio extravergine - sale grosso

- **1** Sciogliete il lievito in 40 ml di acqua tiepida con un pizzico di zucchero: lasciate che si riattivi qualche minuto.
- **2** Miscelate le 2 farine con lo zucchero rimasto e un pizzico di sale. Unite 200 ml scarsi di acqua tiepida e il lievito e impastate energicamente fino a ottenere un composto liscio ed elastico. Mettetelo in una ciotola, coprite con un telo umido e fate lievitare per 2-3 ore.
- **3** Riprendete la pasta, sgonfiate la un po' e dividetela in 2 parti, una poco più grande dell'altra. Stendetele con le mani, formando due dischi sottili.
- **4** Distribuite sul disco più largo, sistemato su una placca oliata, le acciughe spezzettate, la 'nduja e il caciocavallo a dadini; coprite con il disco più piccolo e sigillate il bordo. Schiacciate un po' la superficie con i polpastrelli, insaporite con un filo d'olio e un pizzico di sale grosso pestato e cuocete in forno caldo a 180° per 25-30 minuti.

MEDIA

- Preparazione 30 minuti + riposo ● Cottura 30 minuti
- 475 cal/porzione



Ne ha fatta di strada la 'nduja. Nata in Calabria come salume povero, per sfruttare gli scarti della carne di maiale, si è fatta conoscere nel mondo grazie alla “pizza calabrese”, una delle preferite nel menu di una grossa catena di ristorazione britannica. E oggi il suo gusto piccante va di moda anche a Londra, dove la servono dai chioschi ai ristoranti chic. La 'nduja è un prodotto tipico dalla provincia di Vibo Valenzia, in particolare del borgo di Spilinga, sua terra d'eccezione dove ha conquistato la DeCo (Denominazione comunale). Viene preparata in inverno, quando si macella il maiale, con carni suine selezionate (lardello, guanciale e pancetta), tritate finemente con abbondante peperoncino locale (del Monte Poro), salate e impastate lentamente come vuole la tradizione; infine insaccate in un budello di maiale. Il salume viene poi affumicato con legna aromatica e resinosa e fatto stagionare da 90 a 150 giorni. È di colore rosso vivo, aroma intenso e gusto decisamente piccante, tratto distintivo della cucina calabrese; non si taglia ma si spalma perché è di consistenza cremosa, che non si indurisce con il tempo. Il nome insolito deriva dal francese “andouille” (salsiccia) e alcuni ritengono che la 'nduja sia imparentata con un salume importato durante il periodo napoleonico. Ma qualunque sia l'origine, per i calabresi è un vanto, che l'8 agosto di ogni anno festeggiano con una sagra folkloristica sempre molto seguita.

Non solo bruschette

Al gusto infuocato della 'nduja bisogna abituarsi: i più audaci la assaporano “in purezza”, spalmata su crostoni di pane oppure con formaggi come il caciocavallo, altra celebrità calabrese. Ma ci sono molte ricette che vengono esaltate dal suo tocco piccante. La pasta innanzitutto, non solo i tradizionali fileja, conditi con pomodorini e cipolla di Tropea, ma anche altri formati insaporiti con ricotta, capperi e olive, melanzane, peperoni, tonno, ragù. Pizze, focacce e torte salate si sposano al meglio con la 'nduja, che in Calabria abbina anche ai legumi, come i fagioli saltati con la cipolla rossa, e alle verdure. Da provare anche nelle polpette di carne o negli arancini di riso e persino con i crostacei e i molluschi, come propongono gli chef più famosi.

BERE GIUSTO

Dove c'è la 'nduja c'è spazio per un vino calabrese. Ma non è tanto l'origine del salume a motivare la scelta di un rosso della zona di Nicotera, quanto la ricchezza della farcia della pitta, con la sapidità delle acciughe e la grassa morbidezza del caciocavallo. La generosità mediterranea del Libici Rosso, nato dall'indigeno Magliocco Canino, ha una corpo versatile che sposa la varietà degli ingredienti.



Fagioli d'estate

BORLOTTI E
MANGIATUTTO: I
PICCOLI SEGRETI
PER CUCINARLI

di Miriam Ferrari,
in cucina Livia Sala,
foto di Maurizio Lodi,
styling di Laura Cereda



1



2



3

I FAGIOLI BORLOTTI

Hanno semi ovali, di colore chiaro screziato di rosso. Ne esistono diverse varietà: tra le più pregiate il fagiolo di Lamon, prodotto tipico Igp (foto 1). I borlotti freschi si trovano a fine estate-inizio autunno. Per sgranarli si tiene con una mano l'estremità del baccello e si fanno scorrere il pollice e l'indice dell'altra mano verso il basso (foto 2). Fuori stagione si possono usare i borlotti secchi, mettendoli prima a bagno per 8-10 ore in acqua, preferibilmente tiepida, così le bucce si ammorbidiscono (foto 3).

I FAGIOLINI

Detti anche cornetti o fagioli mangiatutto, sono varietà di fagiolo di cui si consuma il baccello intero, raccolto a maturazione incompleta, quando il diametro è inferiore a 1 cm. Possono essere dritti o ricurvi, verdi, ma anche gialli o violetti. Tra i verdi, ricordiamo i tenerissimi Bobis (foto 1). Per spuntarli si riuniscono a mazzetti e si tagliano le punte con un coltello (foto 2). Per mantenere il colore verde brillante dopo la cottura vanno scolati e immersi subito in acqua e ghiacciata (foto 3).



1



2



3



1



2



3

I PIATTONI

Fanno sempre parte della categoria dei fagioli mangiatutto ma sono caratterizzati dal baccello largo e piatto contenente semi molto piccoli. Possono essere verdi e di colore giallo chiaro (foto 1). A differenza delle taccole, teneri mangiatutto primaverili, si trovano in vendita anche in piena estate e a inizio autunno. Prima della cottura occorre togliere eventuali fili presenti lungo i lati (foto 2). Si possono cuocere interi oppure tagliati in obliquo, "a becco di fluato", come fanno gli chef (foto 3).

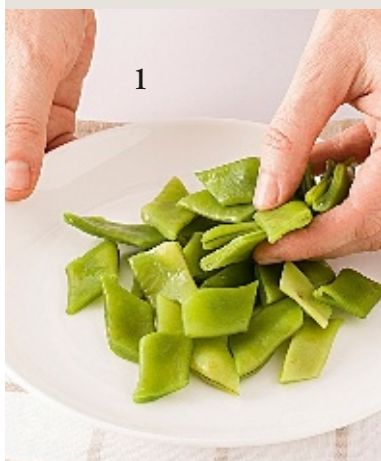


INSALATA CON LE MELE

- **1** Lessate 200 g di borlotti freschi in acqua aromatizzata con 1/2 bicchiere di vino bianco, 1 foglia di alloro e 1 spicchio di aglio; scolateli, lasciateli intiepidire e raccoglieteli in un'insalatiera. Rosolate in un padellina 70 g di pancetta a cubetti e 100 g di pane casereccio a dadini.
- **2** Tagliate a fettine 1 mela rossa con la buccia. Preparate una vinaigrette con olio d'oliva, aceto di mele, sale e pepe. Mescolate ai fagioli le mele, condite con la vinaigrette e distribuite l'insalata su foglie di radicchio. Completate con la pancetta e il pane.

TIMBALLINI DI FAGIOLINI

- **1** Lessate al dente 400 g di fagiolini verdi, tenetene da parte un terzo e tritate gli altri con un coltello, poi insaporiteli in una padella con un soffritto di scalogno e olio. Metteteli in una ciotola con 5 cucchiaini di besciamella molto soda, 2 tuorli, 3 cucchiaini di grana grattugiato, 2 albumi montati, sale e pepe.
- **2** Sistemate intorno alle pareti di 4 stampini a bordi alti, imburrati e cosparsi di pangrattato, i fagiolini tenuti da parte e riempiteli con il composto. Cuocete i timballini in forno a 180° per 20-25 minuti, sformateli delicatamente e serviteli.



PIATTONI BICOLORI AL PESTO

- **1** Lessate 400 g tra piattoni verdi e gialli, tagliati a pezzi in obliquo, scolateli, lasciateli raffreddare. Diluite 4 cucchiaini di pesto con un mestolino dell'acqua di cottura dei legumi. A parte lessate 2 patate, lasciatele raffreddare sbucciatele e tagliatele a fettine rotonde. Sistemate su ogni piatto uno strato di piattoni verdi.
- **2** Appoggiatevi sopra qualche fettina di patata lessata, condite con un po' di pesto e terminate con uno strato di piattoni gialli. Completate con pinoli tostati e foglie di basilico e servite.

DOSI PER 4 PERSONE

PER CONSERVARLI BENE



- Fagioli e fagiolini si mantengono bene in frigorifero per 2-3 giorni, dopo di che iniziano a disidratarsi. I fagioli vanno sgranati poco prima di cuocerli perché la pelle al contatto con l'aria tende a indurirsi.
- Per una conservazione a lungo termine si può ricorrere alla congelazione: i fagiolini si tuffano in

acqua bollente salata per un paio di minuti, poi si immergono in acqua ghiacciata e si asciugano bene prima di riporli negli appositi sacchetti da freezer. Per i fagioli questa operazione non è necessaria: si sgranano e si racchiudono nei sacchetti che si sigillano avendo cura di far uscire l'aria, quindi si passano nel congelatore.

Piatti di Lamart
Indirizzo a pagin 6.



NEL PROSSIMO NUMERO: LE PATATE

Summer pudding

SAPORI E TINTE DI FINE ESTATE PER UN
DOLCE DELIZIOSO E DI GRANDE EFFETTO

di Francesca Tagliabue, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda

Preso così, banalmente, il termine pudding può portare alla mente il budino un po' triste del Canto di Natale di Charles Dickens come il pranzo della domenica durante le vacanze alla pari in Inghilterra o le grandiose tavolate imbandite nella Hogwarts di Harry Potter.

Sussurrato oggi dalla voce roca della voluttuosa Nigella Lawson, amatissima e seguitissima star Tv della cucina

britannica, il pudding è tutta un'altra cosa. È subito moderno, raffinato, golosamente decadente. Da preparare - il summer Pudding - per sorprendere gli ospiti nelle cene di fine estate.

La prima versione della ricetta compare, secondo gli storici, nel XIX secolo con il nome poco allettante di "budino idropatico", perché servito come parte della



Alzatina e tazze
di Lamart.
Indirizzi a pagina 6

VARIANTI E RIPIENI

Il Summer Pudding si diffonde velocemente in tutta la Gran Bretagna non solo perché goloso, leggero e facile da preparare, ma anche perché gli ingredienti necessari sono fin da subito alla portata di tutti: il pane del giorno prima, poco zucchero, acqua e i frutti spontanei del bosco di fine estate. Le farce variano secondo il raccolto della giornata: il ripieno si prepara con lamponi, fragole e fragoline, more di rovo, ribes nero, rosso e bianco. Meno comunemente: uva spina, ciliegie, more e mirtilli. Una versione invernale altrettanto deliziosa utilizza pane speziato all'uvetta per il guscio e per ripieno 2 grandi mele Golden a tocchetti unite a 350 g di more, ribes nero e rosso e lamponi: tutto aromatizzato con un pizzico di spezie.

terapia nelle case di cura termale, dove la pasticceria classica, più grassa, era proibita ai residenti. I budini di pane e frutta erano associati a una vita sana e una cucina leggera, ideale per i bambini e per i golosi che non potevano mangiare creme e dolci più ricchi.

Questo nome poco attraente per un dessert in realtà favoloso è finalmente parso inadeguato all'inizio del XX secolo, quando la nuova definizione Summer Pudding, ora utilizzata universalmente, è iniziata ad apparire in stampa, per la prima volta nel libro dal modesto titolo *Sweets No.6*, edito nel 1902 e firmato da S. Beaty-Pownall, caporedattore della sezione *Housewife and Cuisine* del quotidiano "Queen Newspaper", seguito qualche anno dopo dal libro di Florence Petty (1917), "The Pudding Lady's Recipe Book".

Le varianti della ricetta si sono poi diffuse sull'onda del passaparola, e questo dolce semplice e goloso ha subito conquistato il palato di tutti. Tanto da entrare nel lessico quotidiano. Un detto inglese dice "the proof of the pudding is in the eating", cioè la bontà del budino si prova mangiandolo, per sottolineare che quello che conta è il risultato. Quindi, via di cucchiaino e buon appetito.

PUDDING AL CUORE DI BOSCO

INGREDIENTI PER 6 PERSONE (DA PREPARARE IL GIORNO PRIMA)

200 g di fragole (tagliate a spicchi) - 400 g tra lamponi, mirtilli e more
- 9 fette grandi di pane in cassetta, raffermo (di un giorno) - 50 g di zucchero di canna - 50 ml di acqua minerale naturale
per la crema: 120 g di mascarpone - 250 ml di panna - 2 cucchiaini di zucchero a velo

- **1** Mettete lo zucchero di canna e l'acqua minerale in una casseruola grande e portate a bollore. Aggiungete la frutta pulita (tranne le fragole), mettete il coperchio e cuocete leggermente per 2 minuti. Aggiungete le fragole e proseguite per un altro minuto, mescolando un paio di volte. I frutti devono risultare ammorbiditi e il liquido dev'essere rosso scuro. Lasciate intiepidire. Separate i frutti dal liquido di cottura, sgocciolandoli con un grande colino maglie fitte in una ciotola.
- **2** Foderate una ciotola da 1,2 l di capacità con pellicola trasparente, facendola debordare di circa 10 cm. Eliminate la crosta dalle fette di pane. Ricavate da una fetta un disco grande quanto la base della ciotola. Versate parte del liquido di cottura della frutta in un piatto fondo; immergete il disco di pane nel liquido e mettetelo sul fondo della ciotola. Tagliate le fette di pane rimaste a metà ricavando dei rettangoli uguali che immergerete nel liquido rimasto, uno alla volta, per poi usarli, sovrapponendoli leggermente in senso verticale, per foderare i lati della ciotola.
- **3** Ripetete l'operazione fino a foderare completamente la ciotola. Se risultasse qualche spazio vuoto, tagliate un pezzetto di pane a misura. Riempite il guscio di pane con i frutti sgocciolati, livellateli, poi chiudete il dolce creando una base con il pane rimasto. Piegare l'eccesso di pellicola trasparente all'interno per coprire la base, poi appoggiatela sopra un piatto. Appoggiate un peso sul piatto per comprimere il pudding e mettetelo in frigorifero per una notte. Togliete il peso, il piatto e aprite la pellicola trasparente. Mettete il dolce al centro di un piatto da portata e capovolgetelo con attenzione. Montate la panna con lo zucchero a velo, mescolate al mascarpone per ottenere una crema densa e servitela con il dolce.

FACILE ● Preparaz. 25 minuti + il riposo ● Cottura 5 minuti ● 260 cal/porzione



SALE&PEPE

n. 9 SETTEMBRE 2014

DIRETTORE RESPONSABILE

Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE

Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caporedattore)
Mariateresa Carlucci carlucci@mondadori.it (caposervizio)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Mauro Cominelli mauro.cominelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatzoi silvia.tatzoi@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA

Silvano Vavassori vavassori@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Cristina Papi cpapi@mondadori.it (caposervizio)
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO

Roberto Porta porta@mondadori.it

HANNO COLLABORATO

Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Fiammetta Bonazzi, Federica Bianco di San Secondo, Patrizia Cantoni, Monica Cattaneo, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Sara Farina, Miriam Ferrari, Franca Maffei, Paola Mancuso, Barbara Mantovani, Laura Mauceri, Francesca Romana Mezzadri, Alessandro Pasinelli Studio, Chiara Patracchini, Vanessa Pisk, Antonella Pavanello, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Enrico Saravalle, Mariarosca Schiaffino, Francesca Tagliabue, Sissi Valassina, Paola Volpari

Foto: Marco Azzoni, Adriano Brusaferrì, Luca Colombo/Studio XL, Stefania Giorgi, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Felice Scoccimarro/Alkèmia, Stefania Sainaghi, Michele Tabozzi, Nicoletta Valdistero

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI

Volete fare un abbonamento o dovete segnalare un disservizio?
Tel. 199111999 (da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 19.00; costo massimo della telefonata € 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta, per cellulari costi in funzione dell'operatore); per chiamate dall'estero +39.041-509.90.49; fax 030-7720387; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; internet: www.abbonamenti.it

Servizio collezionisti Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 199162171; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it

Distribuzione Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I.

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mondadori Pubblicità S.p.A.
SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (Mi) - Tel. 02/75421 - Fax 02/75422302. © 2002 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. - Milano. Tutti i diritti di proprietà letteraria e artistica riservati. Manoscritti e foto anche se non pubblicati non si restituiscono.

Publicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986.

Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl.
Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 02/95103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387.
Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it



Accertamento Diffusione
Stampa - Certificato
n. 7752 del 18 dicembre 2013



Questo periodico è iscritto
alla FIEG Federazione
Italiana Editori Giornali

NEL NUMERO DI OTTOBRE

FILLOMANIA

È una vera passione. Sottilissime sfoglie da modellare e sovrapporre per costruire scenografiche croste e scrigni spettacolari. Che avvolgono in infiniti strati di croccantezza fantasie di farce dolci e salate.



PASTA PICCANTE

Manzo, vino e pepe nero; pere, rafano e radicchio; burrata, spinacini e peperoncino candito: tutti i condimenti che stuzzicano il palato, audacemente irresistibili.



CAFFÈ A TUTTE LE ORE

A colazione, per dessert, a merenda e nel dopocena: sfiziosità, torte e drink con l'aroma sferzante di chicchi e bevanda.

in edicola dal 19 settembre

SALE&PEPE SUL TUO IPAD

Da oggi puoi leggere Sale&Pepe anche sul tuo iPad con la nuova app di sfoglio digitale. Scarica subito l'applicazione di Sale&Pepe magazine dall'Apple Store (oppure fotografa il codice QR qui a destra).



Inoltre, sul sito www.abbonamenti.it troverai le offerte per abbonarti a Sale&Pepe a partire da 6,80 Euro per 3 numeri con la possibilità di sfogliare la rivista su web o sul tuo tablet!





Direttamente dai pascoli di Scozia, Carne Bovina Scozzese IGP, sapore da gustare.

Carne Bovina Scozzese IGP e carne d'agnello Scozzese IGP; caratteristiche di gusto e tenerezza senza alti e bassi durante tutto l'anno, garantite dalla tipicità dei pascoli e dagli schemi di allevamento seguiti.



*Tagliata di manzo
Scozzese con i pomodorini*

Per informazioni potete chiamare l'Ufficio Italiano Carne Scozzese
Tel 051 6569014 o mandare una mail a info@gsgitaly.it



Scopri tutta la gamma su
quattrostagioni.bormiolirocco.com



Quattro Stagioni inaugura una nuova stagione: quella delle idee. Le tue idee. Da mandare alla conquista della tua cucina, della tua tavola, del tuo mondo. Perché il vaso Quattro Stagioni può essere molto più di un semplice contenitore: può diventare uno strumento per dar vita alla tua creatività, dove mettere tutto quello che ti passa per la testa. E alla fine, che sia una conserva, che sia una ricetta, che sia un'invenzione, dentro il vaso Quattro Stagioni ci sarà tutto l'orgoglio di aver fatto qualcosa che senti davvero tuo.



☛ PARTECIPA AL CONCORSO! ☞

LA CREATIVITÀ VINCE SEMPRE! CON UN ACQUISTO MINIMO DI VASI O CAPSULE, POTRAI VINCERE UN BUONO SPESA AL GIORNO DEL VALORE DI € 100 E UN SOGGIORNO AL MESE IN UN AGRITURISMO DA SOGNO. INFO E REGOLAMENTO SU LACREATIVITAVINCESEMPRE.BORMIOLIROCCOCASA.IT

Promozione valida dal 1.7 al 30.9.2014 - Montepremi totale euro 9.860 Iva compresa.